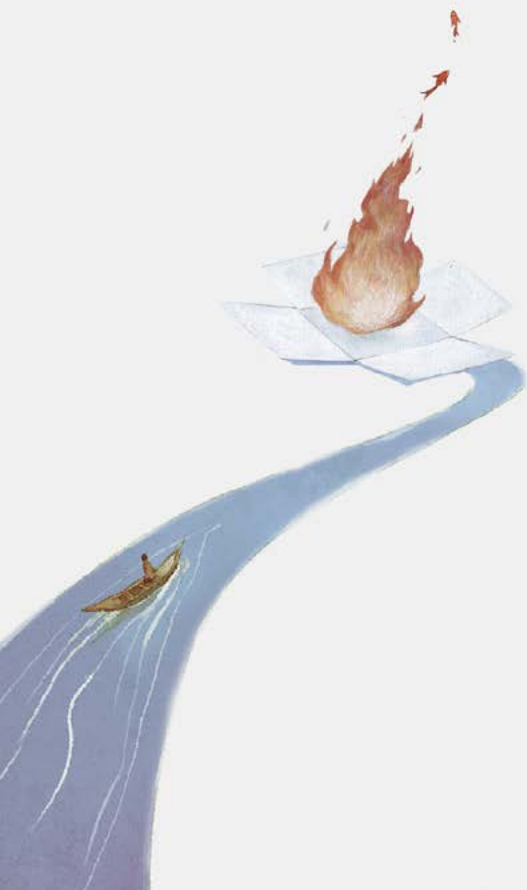


一切加持的源泉

索达吉堪布 · 开示

开示
27



THE SOURCE OF ALL BLESSINGS

一切加持的源泉

索达吉堪布·开示

传讲日期：2006-2007年

版本：2023年12月

目 录

002	《远唤上师》讲解
033	2006年金刚萨埵法会开示
055	以佛陀的教言要求自己
073	学习佛法的力量
093	菩提心 佛子行
112	吉祥与胜利的缘起
134	如何修行大乘佛法
169	一切加持的源泉
202	新年愿望
223	法王如意宝四大教言
251	《教诲甘露明点》讲解
283	《无常道歌》讲解
309	《怀业时语》讲解
341	2007年金刚萨埵法会开示



《远唤上师》讲解

2006年2月6日

今天，我们给大家发了一个小册子，里面有两篇《远唤上师》。第一篇是《远唤上师·引加持日之乘》，第二篇是《远唤上师·悉地藏流》，都是法王如意宝所造。今天给大家讲一下第二篇。

法王如意宝圆寂后，我的内心十分痛苦，以致很多事情无法成办，为压制自己的情绪而翻译了这首道歌。法王如意宝已经圆寂两年多了，时间过得真的很快。按照传承上师的传统，作为具有信心的弟子，会经常以虔诚心唱诵“远唤上师”的偈颂，以祈祷、赞叹、呼唤的方式向上师求得加持。如今，很多国外道场也会经常放“远唤上师”的唱诵磁带。所以，我

想道友们应该对自己的根本上师有一种非常真切信心，然后以非常可靠的金刚语来祈祷上师，这样做很有必要。

去年的时候，关于上师的很多事情，我都还不想提。因为每次提起，我都很难控制自己的情绪，也影响了很多道友的情绪，所以我在课堂上很少表露自己的哀伤，但现在过去这么久了，我想我们应该多多忆念上师。

在很多经典续部中讲到，一刹那间忆念上师的功德也是相当大的。以此“远唤上师”的方式诚挚地呼唤与诸佛总集无二无别的大恩根本上师，无论上师在哪一个清净刹土，都会以他的智慧之眼观照我们，随时以无分别的智慧加持我们，就好像澄清的水器放置在地上，十五的月亮自然而然会显现于水器中一样，这是无欺的缘起规律。同样，我们这些具缘弟子在上师的清净道场当中，以诚挚的信心呼唤上师，这时上

师一定会慈悲垂念我们。如此一来，我们的相续才会堪能，才会成熟，无论做任何事都会成功，而且也会遣除修法中的违缘。

希望道友们不要有学术界的一些过失，只是在理论上磨时间是不行的。作为佛教徒，要有一种不共的信心，与上师沟通、相应，这一点是不可缺少的。历代的高僧大德，没有一个对自己上师不恭敬、不想念的。如果经常忆念上师，自相续中一定会得到上师的加持。我们也看得出来，无论在藏地还是汉地，凡是弘法利生事业非常广大的人，都对自己的传承上师具有不共的恭敬心和虔诚心。所以，我们以后无论是在深山里静修，还是在大城市里弘法利生，或者以其他方便方法修持正法，都离不开上师的加持。因此，经常祈祷上师相当重要。

“悉地藏流”，是指此祈祷文如同甘露之水流进我们的心田。实际上，这个祈祷文是法王如意宝对托

嘎如意宝与麦彭仁波切的呼唤，而后学弟子应将大恩上师法王如意宝为主的所有上师作为对境进行祈祷呼唤。其实，我们应该把这个祈祷文当成金刚道歌，然后请声音特别好的师父来唱诵，这样也非常好。

《远唤上师·悉地藏流》一共有十六个颂词。利用今天的时间，我给大家做个简单的字面解释。

浩瀚如来之总相，无余有情之依怙，

显密教法开显者，大恩上师垂念我。

对于这些颂词，我们应该把前后内容全部结合起来，这样比较好理解。如果讲颂词的时候，把每一个颂词分开来讲，有时可能会词不达意，导致很多内容无法连接起来。这篇祈祷文中的颂词，全部是讲上师的功德，最后也都是祈请上师垂念自己。

“浩瀚如来之总相”，上师是浩瀚如海般如来之总相。此处“总相”并非因明中的总相，而是指过

去、现在、未来三世诸佛总体的形象，即三世诸佛完全是以上师的形象来到人间。也就是说，上师是三世诸佛的化身。

“无余有情之依怙”，世间人认为很了不起的国家总统、国家主席，也只能做他所统辖范围内的怙主，而上师是一切有情的怙主，对六道众生没有任何亲怨之分。

“显密教法开显者”，上师是一切显密教法的开显者、弘扬者。

这三句已经讲述了金刚上师应该具备的功德。从法王如意宝自身来讲，每一种功德都是具足的，所以法王如意宝也是一切如来的化身，是一切众生的怙主。另外，法王如意宝对显密佛法并非偏袒执著，而是将显密教法圆融一味地进行开显与弘扬。

藏文“喇嘛钦”，直译即“上师知”，但此处是

从意义上来讲，即“上师垂念我”“上师加持我”。

此处已经讲述了大恩上师的功德，接下来就对远方的上师深切地呼唤：大恩上师请垂念我！大恩上师请加持我！

现在的译者，有些翻译成垂念，有些翻译成加持，有些翻译成上师知，等等。其实，根据内容和语境来定，这样可能会好一点。总的来讲，上师的功德就是这样。

**佩带清净之戒饰，拥有无散等持藏，
具备无等智慧眼，大恩上师垂念我。**

上师具足戒定慧的功德，也就是三学的功德。

“佩带清净之戒饰”，上师的身体有清净戒律作为严饰。《赞戒论》中讲，世间人特别喜欢用珠宝、珊瑚、玛瑙等作为首饰，而出家人对这些都应该舍弃，只有清净的戒律才是出家人最庄严的饰品。这是

戒定慧里的戒学，也就是戒律清净。

“拥有无散等持藏”，上师始终安住于等持之中，不被任何散乱分别念所动摇。也就是说，具有无有任何散乱的等持宝藏。

“具备无等智慧眼”，上师具有无与伦比的智慧之眼。

具有戒定慧三学的大恩上师请垂念我！

百万智者之顶饰，千成就者之尊主，
摧毁五浊衰败者，大恩上师垂念我。

“百万智者之顶饰”，上师是百万智者之顶严装饰，世间与出世间的多少智者也无法与大恩上师相比，所有人都应恭恭敬敬地顶戴上师。

这里主要是法王如意宝对麦彭仁波切的一种赞叹与呼唤。但其实法王如意宝也是如此，不管在藏地还

是汉地，如今这个时代当中，像上师老人家这样精通佛法的人，可以说是凤毛麟角。因此，所有的智者都应该赞叹、恭敬这样的上师。

“千成就者之尊主”，上师是所有大成就者的主尊。一般来说，法王如意宝在世时，有些大成就者会特别敬畏，因为他们在别的地方可以显现这个神通那个神通，但不知道什么因缘，来到学院以后都显不出来了。所以，任何一个成就者，想要在学院依靠神通而出名是很难的。由此可见，法王如意宝真的是成千上万大成就者的主尊。

“摧毁五浊衰败者”，上师住世的时候，依靠他的发心和加持，五浊恶世的各种衰败、疾病、险难都会消失。所以，他是五浊恶世的摧毁者。

具有如此殊胜功德的大恩上师请垂念我！

法王如意宝所造的这些赞叹句，每一个都具有非

常深的含义。有些道友平时也会写一些道歌或者赞颂上师的祈祷文，但从内容上来看，完全是凭着自己的分别念去创作，也没什么好解释的。而这里每一句话都蕴含了殊胜的内涵和意义，大家应以自己的智慧细心品味。

了然照见一切法，如母慈爱诸有情，
十自在藏自驾驭，大恩上师垂念我。

上师具足智悲力的功德，也就是智慧、悲心和力量。

上师以其无碍智慧可以了然照见一切法，以其无缘大悲如同慈母一样慈爱一切众生，以具备十种自在¹宝藏的能力利益无量无边的众生。

具足智悲力之功德的大恩上师请垂念我！

1 十种自在：寿命自在、心自在、财自在、业自在、生自在、愿自在、解自在、如意自在、智自在、法自在。

现在有些上师智慧不够，不要说甚深的密宗教法，甚至连稍深一点的显宗教法都讲不出来。但是，从显宗到密宗，包括最深的无上大圆满之间的所有教法，法王如意宝全都精通无碍。大家也清楚，法王如意宝是以怎样的悲心保护每一个弟子，以怎样的智慧传讲显密一切教法。

在末法时代，如果想要利益众生，需要有一种威力。虽然法王如意宝有深不可测的智慧，也有不可思议的悲心，但在这个社会当中，想要以佛法利益众生，开展弘法利生的事业，没有一定的发心力和自在力，也是一件相当困难的事情。实际上，这些功德法王如意宝全部具足。

无遗断除诸二障，获证四身胜王位，
利乐大海之源头，大恩上师垂念我。

上师具足究竟的断证功德。

上师虽然显现为凡夫形象来度化众生，但实际上已经断尽烦恼、所知二障，获得法报化以及本性身的四身殊胜果位，是无量利生事业大海之源泉。

具足究竟断证功德及利生事业的大恩上师请垂念我！

三传承师之代表，寂猛本尊之遍主，
三处空行之商主，大恩上师垂念我。

上师是上师、本尊、空行三根本的总集。

上师是如来密意传、持明表示传、补特伽罗耳传这三大传承的代表；上师是寂猛百尊之遍主；“三处空行”即三界的空行母，或者是法身界、报身界、化身界三处的空行母，上师是一切空行之怙主。

请三根本怙主之大恩上师垂念我！

如海佛陀之补处，如海妙法之源泉，

如海僧众之君主，大恩上师垂念我。

上师是佛、法、僧三宝的总集。

上师是所有佛陀事业的补处者，是所有显密妙法的来源，是所有僧众的君主。

如果没有上师，我们的相续中不一定会生起真正的悲心。上师对我们的恩德，世间上任何一种恩德也无法相比，世间上任何一种货币也无法换取，我们相续中生起的一刹那因果正见，也是由上师加持而出现的。

昨天，有人给学院供养了五十吨大米，价值将近二十万。很多道友认为，这很了不起。但我认为，哪怕相续中生起一刹那的因果正见，其价值也是远超于此。因此，上师是所有妙法的源泉。

在我们学院当中能有这么多僧众，完全是依靠上师的威德力感召。而其他有些地方并非如此，尤其

在国外，有些大法师经常在特别大的体育场里讲法，听法的在家人可能有上万人，但出家人只有几百个人。大家也应该清楚，现在的寺院或佛学院里都有多少人，即便是比较出名的寺院，里面能有一百个出家众，很多人都会觉得这个寺院了不得。而藏地的三大寺院，以前我们也都去过，也知道每个寺院里有多少人。可见，上师与上师之间也是有差别的，比如发心不同、事业不同、加持也不同，我们应该对自己的传承上师和根本上师有信心。

请圆满具足三宝功德之大恩上师垂念我！

以上是从戒定慧、智悲力等方面来讲上师的功德，下面是从麦彭仁波切等上师是藏地八大教派的教主这个方面来进行赞叹。

受持香巴之教轨，庄严三学之教法，
开显六加行教者，大恩上师垂念我。

“香巴”是噶举派的一个分支，由穹波尊者弘扬，是藏地非常出名的八大教派之一。这里讲到，我的根本上师是香巴噶举派的教主。

“庄严三学”指噶当派，他们主要修持释迦牟尼佛、度母、不动佛以及观世音菩萨四大本尊，并且以三学为修行准则。

“开显六加行”指觉囊派，此派在修时轮金刚时有六种加行²。

请三大教派教主之大恩上师垂念我！

道果教法之砥柱，断法教派之来源，

依修教法持藏者，大恩上师垂念我。

“道果”指萨迦派；“断法”由帕单巴尊者从印度传到藏地，属于般若教法，也叫希解派，“依修”与“断法”可以合在一起讲。

2 《时轮金刚》有收摄、禅定、运气、持风、随念、三摩地等六种加行。

上师即是道果法之砥柱、断法之来源、依修教法之持藏者，这样的大恩上师请垂念我！

中观教法之主人，大手印教之杲日，
大圆满法之妙车，大恩上师垂念我。

“中观教法”指格鲁派，“大手印”是噶举派，
“大圆满”即宁玛派。

上师即此三大教派的教主，这样的大恩上师请垂念我！

对于没有甚深见解的人来讲，可能会感到非常困惑，藏地的各大教派都有自己的祖师，汉地的禅宗、净土宗等也有自己的祖师，怎么会是全部融入一体呢？其实，这两种说法并不矛盾。

我们学习《远唤上师》有两个目的：一是对根本上师应该经常祈祷。如果自己心里很烦躁，出现修法违缘时，在家里或者到山上呼唤自己的根本上师，这

种祈祷对每一个修行人来讲是始终不能离开的。还有一个方面，法王如意宝显现上是我们宁玛派的教主，全知无垢光尊者、麦彭仁波切也是宁玛派的教主，但此处讲到上师是一切教派之教主，为什么呢？这里具有甚深的密意。

有些人说：“我是学藏传佛教的，汉地的净土宗不好，禅宗也不好。”有些人说：“我是学宁玛派的，其他的格鲁派、觉囊派全都不好。”如果以这种眼光、态度修学佛法的话，恐怕心相续中很难生起真正的智慧与悲心。法王如意宝希望我们后学者对所有教派皆应具有恭敬心，而且一旦自己有弘法利生能力时，应该主要站在宁玛派的角度，对所有教法进行弘扬。如果没有弘扬所有教法的能力，也不能毁谤其他教派。

大家也应如此发愿：从现在开始，我对所有的教派都不毁谤，对所有教派的高僧大德均以恭敬心、清

净心对待。在学院，由于法王如意宝的加持，四众弟子中有些人虽然现在还“长”得不是很高，但也在一点一点地成长，而在成长的过程中，上师始终都在告诫我们不能对任何一个教派起邪见，因为一切教派都是如来的教法。

前几天，我们讲《心经》时也说过，在藏传佛教中，八大教派没有一个不讲《心经》的，此经是所有教派学习的核心；汉传佛教的净土宗、禅宗、天台宗等，也都修学《心经》，甚至从唐密的历史来看，他们也有修学《心经》。各个教派虽然在修持方法上有些不同，比如华严宗以修“华严”为主，禅宗打“禅七”，净土宗以念佛为主，密宗则以不共窍诀进行修持，但在大的方面没有任何差别，如最开始的发心、中间的积累二资粮、最后成就佛果，所依止的全部是释迦牟尼佛、观世音菩萨等。而且，诸佛菩萨以及高僧大德从本体上来说均是无二无别，所以大家不要妄加区分。



希望大家以后能在言行举止方面有所改变，包括我自己在内，由于以前学习因明时，还有一种寻思的习气，所以始终觉得自己宗派如何如何正确而其他宗派如何如何不对。法王如意宝晚年时经常说，年轻时在辩论过程中很有可能造了谤法罪，因此一定要忏悔。所以，作为后学者，我们一定要对各教派有恭敬心。现在不论是汉传佛教还是藏传佛教，一些没有宗派偏见的法师，弘法事业确实非常广大。但若仅仅认

同宁玛派，其他宗派全部反对，那在宁玛派的范围内也许会有点立足之地，到其他地方恐怕就不行了。

有些人问我：“你们学院有什么特色？”我说：“不舍自宗，尊重他宗。”学院中出来的人应该具足学院的特色，对任何宗派的毁谤言词都没有必要，否则很容易造下谤法罪，后果非常可怕。

宗喀巴师之行为，米拉日巴之修持，
莲师见解持藏者，大恩上师垂念我。

在藏传佛教中，格鲁派的行为、持戒是很殊胜的，包括他们经堂里的垫子都非常整齐，让人一看就生信心。我们学院可能人太多的原因，有时候也不好管理，今天摆放好的垫子，明天可能就被扔到门口。但格鲁派的寺院，每次他们供斋的时候，穿着都十分洁净，乃至厨房里的桶、壶都非常整齐。

作为出家人，应该注意自己的行为，穿衣服不要

太破烂，在方方面面要表现出佛教的慈悲与智慧，这才是真正佛教徒的威仪。以前我们小的时候，生活很困难，买不起新衣服，穿得破烂一点也情有可原。但现在的出家人如果衣服和头发都很脏，看起来就不像个佛教徒，也容易让人产生不好的想法。

因此，我们的穿着要干净、整洁。有些道友认为自己闻思修特别忙，连好好穿衣服的时间都没有，僧裙不是左边高一点，就是右边拖在地上，这样看起来很庄严。除了仪表整洁以外，自己的住处也应该干干净净。

法王如意宝以前说过：“去格鲁派上师的家里非常舒服，屋子里除了茶壶、钢炉、糌粑箱子等生活必需品外，其他的就是书，看上去非常整齐清爽，上师自己也是坐得很端直。”我听说有一位上师，自己在家时不太注重威仪。有一天，他知道有个居士要来就很紧张，赶紧和居士说：“你先不要来，我正在禅

修。”然后，他马上把衣服穿好，一本正经地端坐在座位上。居士来了之后，以为上师真的在一直禅修，就很生信心。

其实，行为上学习格鲁派很重要。在国外，有很多人就是依靠一些高僧大德的行为、微笑生起信心的。如果穿得破破烂烂，走路也是东倒西歪，看起来疯疯癫癫的，除非你是大成就者，否则这样故意示现没有任何必要。当然，现在冬天不方便洗衣服，我也不强求，但再过一段时间就立春了，希望到时候道友们的能洗一洗衣服。有些道友的衣服一两年都不洗，你可能已经习惯了自己的味道，所以没有什么感觉，而旁边的人又不好意思直说，这样也很麻烦。

修行时，应该像米拉日巴尊者那样苦行，自己的亲朋好友、名声财产等全部放弃。在藏传佛教中，行为方面谁也比不上格鲁派，苦行方面谁也超不过噶举派和噶当派，比如米拉日巴尊者、博朵瓦尊者等等，

这些高僧大德都非常了不起。而见解方面，应以莲花生大士的见解为准，大圆满的无二正见远远超胜诸多宗派的见解。

具足宗喀巴大师之行为、米拉日巴之苦行、莲花生大士之见解的大恩上师请垂念我！

阿底峡尊之戒律，珠魏滚波之等持，
萨班智慧之领主，大恩上师垂念我。

阿底峡尊者不论守持小乘别解脱戒、大乘菩萨戒还是密乘戒，一直都是纤尘不染，在整个佛教历史上可谓首屈一指，非常难得。

珠魏滚波，也即觉囊派的多罗那他，他可以很长时间安住于等持中不动摇，而且他的弘法利生事业非常广大。以前觉囊派的教法衰败时，是依靠他的力量才得以恢复，其所造的《印度佛教史》《时轮金刚注释》等诸多论著，使得觉囊派在藏地又重新兴盛

起来。

萨迦班智达根嘎嘉村，是《格言宝藏论》的作者，也是藏地公认的雪域三大文殊之一。另外两位是无垢光尊者和宗喀巴大师。

具足阿底峡尊者之戒律、多罗那他之等持、萨迦班智达之智慧的大恩上师请垂念我！

帕单巴尊之威力，邬金巴尊之悲悯，
穹波智慧之总集，大恩上师垂念我。

帕单巴尊者曾在印度、藏地以及汉地五台山等很多地方弘扬佛法，在弘法利生方面具有很强的能力。

大成就者邬金巴，出生于1230年，是噶举派的一位大德，也是第二世噶玛巴的弟子，第三世噶玛巴的经师，即噶玛巴自生金刚的上师，曾被元世祖忽必烈尊奉为国师，他对所有众生都非常慈悲。

穹波尊者原是苯教徒，后来到印度、尼泊尔一带依止了 150 位上师，并开始弘扬香巴派，此派在藏地兴盛过很长一段时间，其所培养的弟子有数十万之多。据说他住世 150 岁，是一位非常了不起的成就者，法王如意宝也讲过有关他的故事。有些历史书中说，香巴派教法曾存世 400 年左右，现在基本已接近隐没了。

聚合了帕单巴尊者之威力、邬金巴尊者之悲悯以及穹波尊者之智慧的大恩上师请垂念我！

在藏地，以上各教各派的祖师，都是非常了不起的成就者，也是诸佛菩萨的化身。而在汉地，也可以说达摩祖师和智者大师、印光法师本体是无二无别的。对佛法不太了解的人可能会想：“我是学净土宗的，净土宗的祖师是印光法师，其他祖师怎么和印光法师是一体呢？”但实际上，诸佛菩萨在本性中是无二无别的，各教派的上师究竟意义上也是一个本体。

就像《中观庄严论释》前面总义部分中讲到的，藏地凡是化现为亲教师身份的诸位大德，实际上与尊者菩提萨埵均是一味一体，所以说各宗各派圆融无违，这一点非常重要。

于作祈祷具缘子，不懈慈悲而垂念，
加持甘露妙雨流，灌溉心间之莲花。

作为具信心的有缘弟子，一方面赞美、称扬上师，一方面诚心诚意祈祷上师，希望上师老人家慈悲加持，以甘霖之水灌溉我们信心之莲花。

如果没有上师的加持，我们的信心莲花始终都无法开放，而一旦有了加持的雨水，信心之花就有希望成熟，有希望开启。作为修行人，如果经常至诚祈祷上师，一定可以遣除修行过程中的诸多违缘。在末法时代，虽然我们很想做一个合格的修行人，但遇到违缘时心还是会容易改变，并且无有对治的能力。所以，祈祷上师非常重要。

从我自身来讲，确实没有什么功德，给你们讲话的话，有时候也很惭愧，这并不是谦虚之词。前段时间，生命电视台对我进行采访，主持人说我具足广大的菩提心，还写了很多利益众生的书。但我直爽地说，著书立说只是我的个人爱好，至于菩提心的话，我反反复复地观察自己，在我的相续中并没有生起真实无伪的菩提心。菩提心一般分为世俗菩提心和胜义菩提心，真正的世俗菩提心我可能都还没有具足，公开欺骗大众也没有什么用。

我确实喜欢讲一些佛法，也写一些书，翻译一些著作，但这就像喜欢唱歌的人，经常爱去歌舞厅一样。当然，按照因果规律来看，我应该是前世与佛法有缘，但今生还没有生起真正的菩提心，对上师三宝的祈祷也还不足够。

有时候，我真的很想念上师如意宝。在这个世界上，除了上师以外，应该没有更想念的人了，包括自

己的父母和亲朋好友。尤其是出去的时候，今年我去过云南的几个地方，有些是上师以前常去的地方，到了那边之后自己非常伤心。包括去北京或其他地方也是如此，以前和上师一起去过的地方，自己再去的时候，总是不自觉地想起上师，然后就不想出去了，一个人待在屋里怀念上师，这样心里感觉很舒服，也算是对上师的一种信心吧。

作为有信心、有智慧的弟子，应该经常修上师瑜伽，也就是把上师的智慧融入自己的心间。虽然我是这么告诉你们的，但我自己并没有做到每天观修，一方面确实没有时间，一方面修行的习气也比较薄弱，因此难以实现。但这么多年一直在学习佛法，到底什么重要什么不重要，我还是比较清楚的。比如，对于卖东西的人来说，虽然他自己很穷，但他也知道哪个是真正值钱的货物，哪个是假冒伪劣的货物。同样，我作为佛法大宝库中的一名服务员，对这些法也是比较了解的。

希望大家将法王如意宝为主的所有传承上师观为一体，经常恭敬祈祷，这样自己的烦恼就会逐渐消除，而且中观、大圆满的见解也会日益增上。如果对上师三宝一点都不祈祷，然后想“我要证悟大圆满”，这是非常困难的。

在末法时代，想要成为一个真正的修行人，让自己的修行善始善终，一定要依靠传承上师和护法神的加持。就像世间一些想得到更高地位的领导，一方面他自己要有智慧，一方面要有一个坚实的靠山，这样才能官运亨通。同样，我们要想成为真正的修行人，也要具足内因外缘，经常祈祷上师慈悲垂念加持。

于泊可怖轮回中，苦难芸芸之群生，
祈愿赐予永安乐，殊胜菩提大慰藉。

我们这些漂泊在恐怖轮回中的芸芸众生，一心祈祷上师，祈愿您能赐予我们究竟的安乐——殊胜大菩提的安慰。

五浊猖狂诸损恼，致使徒存虚名已，
现喜刹土之妙欲，祈愿招引于此处。

《赞戒论》中说：“然亦会遭恶魔之危害，恒以恭敬清淨之信心，猛厉祈祷上师莲花生，决定不为违缘所转变。”也就是说，众生的五浊烦恼越来越炽盛，违缘越来越强的时候，依靠莲花生大士的不共威力，各种恼害全部会荡然无存。

法王如意宝在世时，也会经常祈祷莲花生大士。学院这次做了一批小挂件，上面有一个吽字，还有莲花生大士的心咒，质量也很好，是在香港那边定制的，过段时间会发给大家，希望各位内心具足莲花生大士的见解。刚刚也讲了，我们作为密宗弟子，要具足宗喀巴大师之行为、米拉日巴之苦行、莲花生大士之见解。这样一来，以后你的弟子祈祷你的时候，可能也会赞叹说：“我的法师是非常不错的，他的行为和宗喀巴大师一模一样，修行和米拉日巴尊者一模一

样，见解和莲花生大士一模一样。”

在如今五浊恶世中，各种各样的损恼猖狂不绝，依靠上师的加持，这些衰损全部会变成一种虚名，而现喜刹土等所有清净刹土的功德以及种种妙欲全部会招引于此处。

我们应该以虔诚心向正在远方以智慧之眼观照所有弟子的大恩上师法王如意宝祈祷：愿上师加持我们，生生世世不损害任何众生，所有弘法利生的顺缘圆满具足，修行过程中的一切违缘全部遣除！

此十六偈颂，是为利密友班增等个别求解脱者，阿旺罗珠宗美于十六胜生周末蛇年正午时分造。愿增吉祥！

法王如意宝的好几首道歌里都提到班增，他现在应该已经圆寂了，他的功德也是很大的。以前还有一个叫达吉的，他祈请法王造了《大圆满直指心性注

疏》，也已经圆寂了。

阿旺罗珠宗美是法王如意宝的名字。木蛇年是1965年，当时宗教政策还没有开放。正午时分造。愿吉祥！



2006年金刚萨埵法会开示

2006年6月6日

今天的任务，主要是给大家念一下法王如意宝的意伏藏《金刚萨埵修法如意宝珠》的传承。

这个仪轨我已经翻译出来了。念修的时候，大家可以按照这个来念，也可以念《大圆满前行》中的金刚萨埵修法。总的来讲，这次开的是金刚萨埵法会，念的也是金刚萨埵心咒。

忏悔的必要性

法王如意宝曾说过：“如果念诵四十万遍金刚萨埵心咒，即使犯了密宗根本誓言，也能得以清净。”

因此，参加这次法会的道友们，无论如何一定要完成四十万遍心咒。有些人刚到学院可能身体不适，在八天内实在完成不了，那你们回去以后，应该尽快在规定时间内念完。

我今天再三给大家强调了，希望你们尽快念完四十万遍金刚萨埵心咒，无论是在学院还是在家里，最好不要间断念诵。如果有事耽搁了几天，这个问题不大，但不要拖太长时间，否则可能无法按时完成，这一点也要记住。

为什么一定要念金刚萨埵心咒呢？因为对于没有学佛的人来说，可能一直浑浑噩噩地过日子；对于刚学佛的人来说，回首往事会发现自己一生造下了很多罪业。如果不赶快忏悔的话，那么往昔所造下的罪业，很难得以清净。

大家应该清楚，死亡来临的时候，往往让人措手不及。如果没有好好地忏悔，还想着明年再修、后

年再修，或者过几十年以后再修，这是没有任何把握的，因为每个人的生命都是如此脆弱。而且在这段时间里，让大家念四十万遍心咒，这个要求也不算过分。前段时间，益西彭措堪布也提倡每个人念诵一百万遍、一亿遍金刚萨埵心咒，听说很多人都已经报名了。所以，大家一定要认认真真地念诵。

在乔美仁波切所造的一些忏悔仪轨中说：“如果一个人念诵四十万遍百字明或者一百六十万遍金刚萨埵心咒，即使今生造下五无间罪或者破了密宗的根本誓言，本该堕入无间地狱或金刚地狱，但依靠金刚萨埵法门的加持，这样的罪业也能得以清净。”因此，如果你们觉得自己一生当中造的罪业确实非常多，现在想要忏悔清净的话，那就要念诵四十万遍百字明或一百六十万遍金刚萨埵心咒。若能如此，按照乔美仁波切所引用的续部教证可以说明，一切罪业都能得以清净。

麦彭仁波切的《金刚萨埵修法仪轨》中也引用了《金刚萨埵威猛三调伏续》的教证，其中说：“若持诵此心咒十万遍，则破根本誓言亦得清净。”而法王如意宝在解释这个教证时说：“以前是念诵十万遍，但现在是末法时代，必须乘以四倍，即念诵四十万遍。”

由此可见，高僧大德们所说的基本相同，只不过念诵数目上略有不同。而为了保险起见，我希望大家即生当中能够念满 160 万遍金刚萨埵心咒。如此一来，所造的罪业一定能得以清净。

有些高僧大德曾说：“有智慧的人，虽然造下很大的罪业，但他懂忏悔的方法，不会感受痛苦；而愚笨的人，虽然造下很小的罪业，却感受巨大痛苦。为什么呢？因为罪业没有得以清净，甚至会增长放大。”

前两天，门措上师也给大家灌顶了。灌顶以后，

就可以更好地修金刚萨埵法门，这的确是一生当中难得的机遇，每个人心里都应该有欢喜心。因为如果没有遇到这么殊胜的忏悔法门，我们的罪业根本没有办法清淨。如果罪业没有清淨，修法也不可能成功，往生就更困难。

忏悔时认真念诵

因此，我们这次一定要抓住机遇。尤其是到了学院以后，希望大家不要四处散乱，除了念诵以外，其他任何事情都不重要。这么多的僧众一起共修，功德是相当大的，可以说百千万劫难值遇。所以，无论是新来的居士还是学院的常住道友，这次都应该认真地念诵。在念诵的过程中，不要夹杂各种绮语。如果边念边说闲话，这样功德并不是很大，就像在金银中掺杂微量的铁或铜，那再也起不到纯金纯银的作用。莲花生大士也说：“杂有绮语诵一年，不如禁语

诵一月。”

法会一共是八天，最后一天念《药师经》。这几天，我听说有些人实在是待不下去，已经下山回去了，这真的很可惜！其实，如果是到一个地方造恶业，有些人肯定能待得下去；而在需要造善业的时候，反而很难待得住。

大多数人一辈子都在造恶业，忙于世间各种琐事，这次好不容易得到八天共修的机会，如果还是待不住的话，那实在有点可惜！当然，你们想要回去，我也不会阻拦。听说明天就有很多人要下山，可能是因为已经提前买好了机票，或者有各种各样的原因。总之，希望你们回去以后，也一定要完成四十万遍金刚萨埵心咒。

前几天，有些常住道友跟我说，他想去别的地方看病，我了解后知道他病得不是特别严重，就没有同意。不过，我突然想起来自己明天要下山看病，有点

不好意思了。（众笑）

还有一些人，以养病为借口想去泡温泉，我说：“你身体应该不要紧，还是待在学院好好共修吧。”这次的机会非常难得，大家这几天一定要好好地念诵。尤其是进入经堂以后，任何人都要保持安静，不要说话影响别人。如果实在想聊天或睡觉，那你可以待在家里不出来，这样别人也看不到你在干什么。

我大概观察了一下，大多数人表现得还不错，在经堂里基本上没有说话，一直非常认真、精进地念诵。但也有极个别人，可能习气现前所致，在经堂里一直说闲话，这样很不如法。这样不如待在家里好一些。

这几天，大家一定要认认真真地念诵，每天所规定的数量要按时完成。这次的金刚萨埵法会各方面因缘很好，为什么这样说呢？法王如意宝圆寂后，可能很多人没有想到，还能有这样的共修机会。但是

以后还有没有机会呢？这个很难说，毕竟“好花不常开，好景不常在”。大家应该清楚，这么殊胜的道场，这么多的僧众一起共修，在如今末法时代，并不容易找到。而这样的道场能住世多长时间，谁都没办法确定。

我希望你们来到学院后，尽量不要空耗每天的时间，要励力忏悔自己所造的罪业。从无始以来，我们不断累积大大小小的罪业。昨天有一个人说，她以前在医院的妇产科工作，已经帮人堕胎超过一万次，也算是杀了一万多人。这么严重的罪业，如果现在还不好好忏悔，果报是非常可怕的。必须依靠四对治力进行忏悔，立誓绝不再犯，这样才有清净罪业的可能性。就像指鬘王一样，由于受到恶知识的迷惑而到处杀人，杀到第 999 个人时遇到了佛陀，后来在佛陀的点化下，他意识到自己造下了弥天大罪，于是精进忏悔，最终净除罪障，成就了圣果。

要知道，这是有人愿意公开发露忏悔，还有很多城市里的人根本不懂忏悔，反而每天吃各种海鲜，造下许许多多的罪业。如果没有好好忏悔，带着这些罪业前往来世，去处真的很难说。

这么多僧众一起共修的机会的确非常难得，以后你们还有没有机会再来学院也很难说。一方面个人的寿命不定，另一方面很难有机会每年都来一次学院，大多数人都只能隔五六年或十年才来一次。因此，在这几天里，大家一定要认认真真地念诵。

忏悔的具体观想

在修法方面，按照法王如意宝的这个仪轨来修就可以。或者，也可以按照乔美仁波切的修法观想。在自己前面的虚空中，观想莲花和月轮，上面出现一个吽字，接着吽字刹那间变成金刚萨埵，身色洁白，心间旋绕着金刚萨埵心咒，然后降下甘露，融入我们的

平凡身体，最后自他众生身体内全部遍满甘露，自相续中无始以来造下的罪业都变成脓血、烟汁等不清净的形象，从足底、肛门等处排出体外，向下流去。再观想自他众生的身体犹如水晶般内外透彻，一切变得极为清净。紧接着金刚萨埵和颜悦色地对我们说：“善男子、善女人，你的一切罪障都已清净。”然后观想金刚萨埵化光融入我们的身体，自己的身体与金刚萨埵无二无别，以这样的佛慢，念诵一遍回向文。这种修法比较简单。

《大圆满前行》中也有一个金刚萨埵修法，大家按哪个修都可以。总之，有些仪轨中说把金刚萨埵观在自己的前面，有些仪轨中说观在自己的头顶，一定要按照相应的仪轨来修持。如果有观想能力的话，最好依靠四种对治力来忏悔，即所依对治力、厌患对治力、返回对治力和现行对治力。

下面，我简单介绍一下四种对治力。

第一，所依对治力。将金刚萨埵作为皈依境，在金刚萨埵为主的十方诸佛面前，一一发露忏悔。

第二，厌患对治力。对于往昔自己所造的一切罪业，就像吃了毒药一样，生起强烈的后悔心。

第三，返回对治力。发誓从今日起，纵然遇到生命危险，也绝不再造罪业。

第四，现行对治力。依靠修金刚萨埵、修菩提心、修空性等方法来观想念诵。而金刚萨埵修法中的现行对治力，是指观想金刚萨埵并念诵金刚萨埵心咒。

在具足四种对治力的情况下进行忏悔，罪业一定会得以清净。所以，大家要好好地观修四种对治力。当然，每一刹那都不离四种对治力，对凡夫人来说是做不到的。那就每天从早到晚尽量做到每一座都好好地观想，把自己所造的罪业在金刚萨埵面前发露忏

悔，这个功德是相当大的，最后再把善根回向给一切众生。

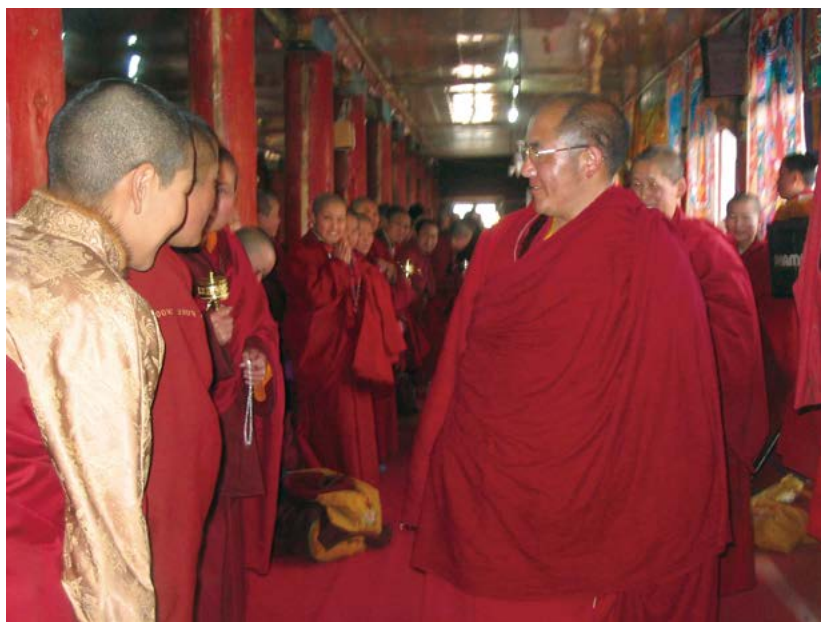
有些发心人员特别忙，但我还是希望你们能早上跟着僧众念一遍仪轨，然后一边念咒一边发心，最后一座回向时，再跟着僧众一起回向，希望大家不要忘记这一点。

尽量参加《入行论》学习

在学院常住的道友，每一天都有闻思修的机会；而山下有些寺院的出家人或居士，大多数都没有这样的机会，因此对于很多佛理都不太明白。这几年以来，我们也在想办法利用现代科技来传播佛法，我也计划在一年之内，把《入菩萨行论》传讲圆满。

如果没有遇到违缘，我还会传讲五部大论以及其他论典。当然，报名的人多也可以、少也可以，对

我而言都无利无害。但对你们来讲，最好是多听受一些佛法。虽然现在大城市里有很多修行人，表面上看也已经皈依了很多年，但其实对于佛教的基本教义、发心的分类等等，很多道理都不太懂。看到这样的情景，我也深深感到众生真的很可怜。



有些虔诚的居士，虽然对佛法有强烈的渴求心，但却始终找不到有缘的善知识。当然，我也不是说自己就是善知识，只不过我在佛学院依止法王如意宝多

年，还是有一定的佛法基础，也具足基本的因果正见。虽说凡夫人讲法肯定有错误的地方，但也未必全错，毕竟是依靠上师的窍诀和高僧大德的论典来进行宣说的。

如果你们之前没有报名学习《入菩萨行论》，也可以选报其他论典，这都会有很大的利益。否则，身处大城市当中，如果没有善知识的引导，即便你现在很有信心，也会越来越淡漠，最后彻底消失不见。因此，希望大家以后能有一种自我约束力，这一点很重要。

我今年真的很高兴。因为之前有些在家居士来学院，最多只能待七八天或一个月，回到城市以后，他们几乎没有听法的机会，总是到处找上师，却始终得不到真正的教言。而现在，借助于现代科技，就可以给各位提供听闻佛法的机会。我们也知道，大家工作和家庭的压力都很大，既然现在你们没有出家的机

会，那就每天挤出一些时间来听法。否则，所谓的皈依佛门，恐怕只是名相上的仪式而已，意义并不大。

尽量多参加放生

归纳而言，我今天对大家有三个希望。

第一，希望大家在这八天当中好好地念诵金刚萨埵心咒。

第二，希望你们回到城市以后，不要整天搞一些世间法，把全部精力放在世间琐事上，这样最终一点收获也没有。一定要合理安排自己的时间，利用一部分时间来听受佛法，这在目前来说还是比较方便的。

第三，我们学院每年都会发放生倡议书，前段时间可能把这件事忘了，后面准备补上。一般来说，每年学院都会以慈诚罗珠堪布、益西彭措堪布和我三个人的名义来劝大家放生，然后你们自己也要劝身边人

行持这样的善举。

大家应该清楚，一直以来我都特别强调放生。因为在这个世界上，最可贵的就是生命。实际上，众生的生命都是一样的，包括我们以前吃过的那些动物，它们的生命同样珍贵。地球上的每个生命都有生存的权利，而人类有时候为了维护自己的利益，为了满足一时的口腹之欲，残忍地杀害了很多众生，践踏了其他众生最宝贵的生命。因此，我们应该以爱心来保护所有的动物。龙猛菩萨在《大智度论》中说：“诸余罪中，杀业最重；诸功德中，放生第一。”所以，希望你们回去以后尽量多多放生。

今年我还有一个要求，凡是参加《入菩萨行论》网络学习的道友，每年至少要参加四次放生。听说有些地方每个月、每个星期都有放生，如果这个实在做不到的话，每年学院开四大法会期间或者其他时间，每人至少要参加四次放生。如果连这一点都做不到，

那学习《入菩萨行论》恐怕意义也不大，因为菩提心在他的相续中根本生不起来。

尽量多使用转经轮

法王如意宝接近圆寂时曾说过：“末法时代，观音心咒转经轮度化众生的缘起非常成熟，每个修行人都要经常使用。”因此，你们回去以后，空闲的时候一定要使用转经轮。

原本我想在这次法会期间给大家讲转经轮的功德，因为我以前翻译过乔美仁波切所造的《观音心咒转经轮功德》，法王如意宝也讲过一次，但这次时间确实有点安排不开。你们方便的时候，可以自己看一下。

当然，你在城市里面使用转经轮时，旁边人可能会不理解、不接受，但其实现在很多人逐渐对转经

轮有所了解，越来越多的西方修行人也开始使用转经轮。它的功德的确是非常大，转经轮完全可以称得上是“见解脱”，因为里面装的都是六字大明咒。

作为修行人，不能对世俗功德法一概放弃。在我们佛学院，一般要求课前课后念诵时都要使用转经轮，所以每个道友每天起码要用将近一个小时。你们在家人回去以后，也应该尽量使用转经轮，如果实在没有时间，也可以在守八关斋戒或念经时用一下。这个功德相当大。

把学习佛法落到实处

我刚才讲了，原本这次法会期间我想多传一些法，但最近我的事情比较多，再加上身体也不好，所以后面几天没有安排讲课。现在，大家最主要的任务就是念诵金刚萨埵心咒。如果真的想要听法，你们可以听《入菩萨行论》。

如果我还有剩余精力，过段时间可能会讲《量理宝藏论》。法会结束以后，会让大家休息两天，然后再讲《入菩萨行论》和《量理宝藏论》。益西彭措堪布也是这样安排的，星期三再开始讲课。

过几天我要下山去看病，本来这次不想出去的，但最近身体确实不太好，如果不利用这段时间看病的话，后面可能更没有空了，因为今年学院的事情非常多，而且现在很多化验检查项目，一般一到三天才能出结果。本来这些小事根本没必要解释，但我觉得还是应该告知一下大家。我不在学院时，如果你们有什么事情，可以找相关人员帮忙解决。

我希望这次来参加金刚萨埵法会的人，都能遵守学院的纪律，这一点非常重要。该得的灌顶大家已经得到了，该得的教言也已经得到了，这几天应该一心一意地念诵心咒。

总的来说，第一，好好地念诵金刚萨埵心咒；第

二，回去以后尽量参加放生活动；第三，如果你们对佛法有信心，就不要再像以前那样整天浑浑噩噩，应该多听闻一些佛法。

这次法会期间，大家要思维自己往昔所造的一切罪业，然后在金刚萨埵为主的诸佛菩萨面前，一一发露忏悔，如此罪业才能得以清静，可以有把握无惧死亡。

有些人觉得被我摸下头顶就是一种加持，我认为这个不算什么加持，通过讲经说法让你们的相续发生改变，这才是真正的加持。因此，希望以前没有参加《入菩萨行论》学习的人，回去以后能通过各种途径来参加。在这个过程中，大家最好善始善终。

实际上，我作为一个凡夫人，对你们不一定有很大的帮助。虽说我到城市里去，和大家拍个合影，从世间角度来讲，这也没什么不可以的。但我始终认为，如果没有用佛法帮助到你们，尤其是对我特别有

信心的这些人，在佛法方面非常欠缺，是让我非常伤心的事情。

对你们来说，亲自来学院常住，过着出家人的生活，个别人可能有因缘，大多数人终生都不一定有机会。而且学院现在还被要求控制人数，以后很难再增加很多人，即使可以增加，在这里生活也有许多困难。

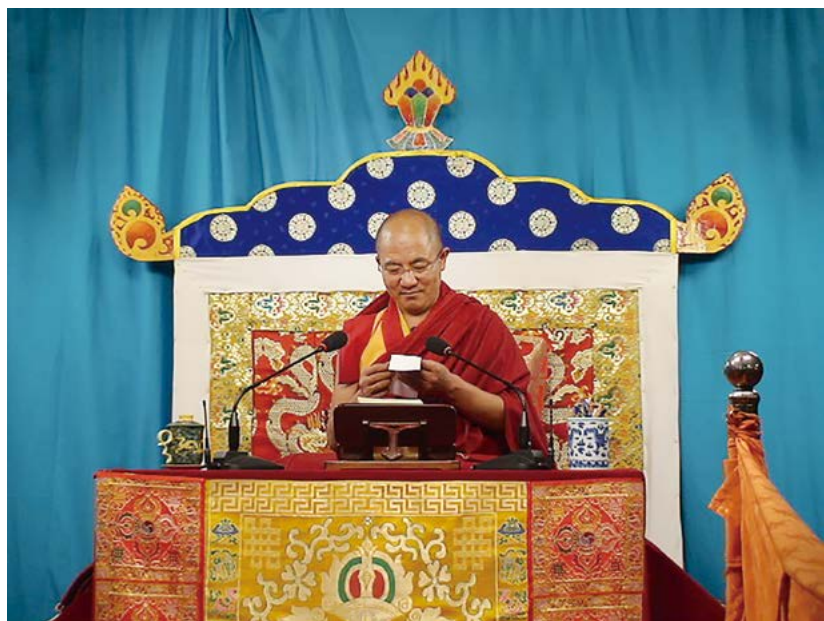
其实，我在学院讲的《入菩萨行论》等课程，你们在外面也能通过各种途径得到音频或视频。这样一来，在家里听课与待在学院没有什么差别。即使你常住学院，也是每晚只有一堂课，其他时候全靠自学。

从我个人来说，也没有其他更好的方法来帮助你们，每次只能通过讲课的方式让大家获得一点利益。为什么呢？因为我在法王如意宝面前听经闻法二十多年，对于上师不可思议的加持也深有体会，很想把这些与你们分享。所以，我希望你们回去以后，不要把

听课当作一般事来处理，应该认认真真的对待。

今年对我来讲，压力真的很大，尤其是讲《入菩萨行论》，确实花费了很多时间和精力，有些事情并不是想想就可以办到的。但是，只要对你们有一点帮助，无论付出什么我都心甘情愿。

因此，只要没有出现违缘，我们会尽力通过网络等方式给大家提供学习资料，希望你们能把学习佛法落到实处，这是我今天最后的一点希望。



以佛陀的教言要求自己

2006年9月24日

今天晚上，我们通过网络来交流佛法。这是一个测试，如果可行的话，以后我们会继续采用这种方式，为大家传讲佛法，念诵传承。

你们可能聆听过不少上师的开示，但是依靠网络直播的方式来受佛陀教言，这样的机会并不多。因此，我打算以后跟大家一起通过这种方式来学习佛法。

念诵《释迦佛修法仪轨》传承

喇荣五明佛学院的四众弟子每天都会念诵《释

迦佛修法仪轨》。法王如意宝在世时，老道友们在上师面前发过愿：每天不间断地念诵一遍。当然，各位的工作和生活比较忙碌，不一定能做得到，但无论如何，你们今天得到传承以后，应该尽量多念，有时间的可以天天念，这样对自他都有一定的利益。

作为本师释迦牟尼佛的弟子，如果每天不祈祷佛，不念诵佛号，即便口头上说自己是佛教徒，可能也不太合理。因此，在日常生活当中，大家以佛陀教言来要求自己的同时，还应该有一些功课，否则学修得再好，也无法体现出来。

这个修法仪轨是由全知麦彭仁波切所造，摘自《释迦牟尼佛广传·白莲花论》。这部佛传，法王如意宝以前讲过，我也翻译过，里面讲述了佛陀从因地直至成佛的经历，都是非常殊胜的教言。大家方便的时候可以读一下，相信你们会对本师释迦牟尼佛生起强烈的信心。

依靠网络的方便方法来传播佛法，这样非常好。现在世间人都在利用这些科学技术，只可惜大多数人不知道努力的方向，整天浑浑噩噩，而我们佛教徒却可以运用这些科学技术，使自相续中的善根得以增长。尤其是在家人，想要到佛学院或其他寂静处求法，恐怕即生当中很难实现，但依靠现在的科学技术，你们轻而易举地就能获得传承、得到佛法。所以，这是非常好的一件事情。

（堪布念传承）

今天，凡是听到我声音的道友，应该都得到了传承。以后，我们还会通过网络为大家传授五加行等佛法传承。你们有哪些传承没有得到过，也可以提出建议，我们会尽量满足大家的需求。

初学者应从《大圆满前行》学起

自菩提学会网络佛学院开学以来，大家的学习

气氛很不错。无论学习哪一部法，希望你们都能够坚定信念，持之以恒地学习，这样一定会获得利益。另外，既然你们已经自愿加入学会，就应该遵守学会的纪律。除了考试和作业方面以外，我们对大家没有什么特别的要求，希望你们珍惜机会，尽量把时间用在佛法上，这样做对自他都有非常大的利益。

学习《大圆满前行》的道友，从今年10月1日开始，到2007年5月中旬为止，每天都要听一节课，一节课大约半小时。这部法是我前两年讲的，现在只有音频可以下载，暂时没有视频。一节课的内容并不多，偶尔落下了，过几天补上也可以。学完之后，明年5月中旬考试。

这样半年学下来，大家应该可以打好佛法的基础。法王如意宝非常重视《大圆满前行》，他再再告诫我们，不修好前行，任何大法都修不上去。听说报名学因明的时候，你们都非常热情踊跃，但过了一段

时间后，很多人又会觉得因明非常难懂，这也是正常的。

想要学好佛法，必须先打好稳固的基础。而想要打好基础，学习《大圆满前行》《入菩萨行论》是不可或缺的，这两部法对我们今生来世的修学有非常大的帮助。因此，我非常希望你们都能参加《大圆满前行》的学习。一天 24 小时当中，抽出半小时来学习佛法，应该不会特别困难。

虽然我讲得不是特别好，但是所传授的内容是极其殊胜的。希望大家能积极主动地学习，我也会随时监督你们。通过这样的互动，相信大家一定可以打好佛法的基础，这样以后不管学什么法，哪怕是五部大论，也不会有很大困难。

利用网络方便学习佛法

以后，我们可以每一周或两周在网络课堂上探讨

一次佛法，这样对彼此都有一定的利益。对我个人而言，看到不同城市当中有这么多的修行人，而且他们对佛法有很大的信心，我感到很高兴。另外，与这么多的人通过网络探讨佛法，我自己也受益匪浅。对你们而言，抱着互相学习的态度，也有利于发起自利利他的心。

现在世间的人们，白天晚上都处于一种迷迷糊糊的状态当中，要想真正找到自己的修行道路，其实是极为困难的一件事情。因此，大家遇到这么殊胜的大乘佛法，一定要抓住机遇，珍惜时间，认真修学，不然临终时会非常后悔。

在网上学习佛法的人，大多具有一定的智慧，世出世间的水平也比较高，但我还是要劝大家一句，一定要先打好佛法的基础，再认认真真地修持，这是我多年学修过程中的一点经验和体会。

我始终认为，现在的这种弘法方式、学习空间，

完全是依靠诸佛菩萨不可思议的加持力和神变力而得到的。大家应该好好利用起来，并时时对诸佛菩萨和传承上师心怀感恩之情，因为找到修行的正道非常不容易。

其实，你们现在想要学习佛法真的非常容易。以前，前辈大德们来藏地求法，一路翻山越岭、风餐露宿，对藏地的气候、环境以及文化等很多方面都不适应，求法之路可谓异常艰辛。而现在，借助于现代科技，你们舒舒服服地待在家里，坐在电脑前，就可以原原本本地得受高僧大德的教言。我想对于真正想要学习佛法的人来讲，一定会好好利用这个机会改变自己相续。

无论学习什么，从来都不是一件简单的事情，世间法尚且如此，何况出世间的佛法。所以，大家一定要下功夫，这样见解才不会退失。你们大多数人已经皈依很长时间了，也自认为是佛教徒，但我想告诉大

家，真正的佛教徒，一定要拥有内在的智慧，而要拥有智慧，就必须在见解上打好稳固的基础。

现场互动

⊙ 问：我家人以前毁坏过佛像、佛塔、佛经等三宝所依，请问他们应该用怎样的方式忏悔？

堪布：毁坏三宝所依属于近五无间罪，罪业非常严重。如果要忏悔的话，最好念满十万遍百字明，或者四十万遍金刚萨埵心咒。根据经典续部的教证来看，这样可以遣除自相续当中的罪业。

⊙ 问：请您为我传皈依。

堪布：我给这位道友以及所有想要皈依的道友，传授一个简单的皈依仪轨。你们要在心里观想：我从现在开始乃至获得菩提果之间，皈依佛、皈依法、皈依僧。

（堪布传授皈依戒）

⊙ 问：我经常生嗔恨心，有时候会怒火冲天，而且还控制不了，应该怎么办？

堪布：可以学习《入菩萨行论》，学到“安忍品”的时候，你的嗔恨心会得到抑制，愤怒的情绪会逐渐减弱，乃至息灭。

⊙ 问：忏悔可以消除严重的罪业吗？

堪布：佛经中说，如果有人造了非常严重的罪业，本来会堕入地狱，但若依靠四种对治力³诚心忏悔，也能得以清净，甚至获得圣果，指鬘王就是最好的例子。他曾经在邪师的指点下杀了 999 个人，但皈依佛陀以后，励力忏悔，最后也获得了解脱。

⊙ 问：学习佛法时经常生起怀疑，应该怎

3 四种对治力：所依对治力、厌患对治力、返回对治力、现行对治力。

么办？

堪布：作为凡夫人，相续当中生起怀疑，这是一种正常现象。一般来说，获得一地菩萨果位后，才可以完全断除怀疑。

当我们生起怀疑的时候，首先要知道这是一种烦恼，属于贪嗔痴慢疑五种根本烦恼之一，然后平时要多念金刚萨埵心咒或百字明忏悔，并且以后要多学习佛教知识。

莎士比亚曾说：“有怀疑就有真理，因为真理是怀疑的影子。”禅宗中也经常说：“大疑大悟，小疑小悟。”可见，大怀疑也可能是大悟的一种征兆。总之，越生怀疑，越要精进不懈地闻思因明、中观等甚深教义，这样相续中的怀疑自然而然会消除。

⊙ 问：供养贤圣僧的果报，今生一定能看到吗？

堪布：如果我们对贤圣僧做供养，并且发心回向无上菩提，将来一定会获得佛果，而且在获得佛果之前，善根永远不会耗尽。但是，这种布施的果报不一定今生成熟。

很多世间人认为：“做功德，果报要马上显现；做罪业，果报也要马上显现。”这种因果观念并不正确。轮回并不是一生一世，而是接连不断的生生世世。今生所造的善业，不一定会马上成熟果报，可能等到来世才会成熟。

◎ **问：**观想金刚萨埵的时候出现昏沉，是什么原因？

堪布：对于这个问题，原因可能有两种：一是自己不太精进，二是天气比较热。

以前，我们跟随法王如意宝去印度时，因为当时印度特别热，无论我们观哪位本尊或念哪个心咒，都

会经常打瞌睡。一般来说，如果修法时出现昏沉，就不能再坐在屋子里，可以到外面去走一走，放松一下心情，意识清醒之后，再回来继续观修，这样效果也会比较好。相反，如果心散乱于外境，就要想办法让心安住下来。这就是大乘佛法的修行窍诀。

因此，如果念诵的时候心昏沉，就稍微放松一下，然后再回到比较寂静的地方，让心专注于念诵和观想，这样效果会好一些，所获得的加持力也会更大。

总之，心不散乱很重要，心不昏沉也很重要，遣除这两种障碍以后，心就能专注于观想金刚萨埵而念诵百字明或金刚萨埵心咒。

⊙ 问：如何才能真正做到世间和出世间的圆融？

堪布：严格来讲，世间法和出世间法在很多方

面是相违的。如果你想成为一个好的修行人，就必须看破世间的很多东西。但是，从不严格的角度讲，在家人也可以将事业和佛法结合起来。比如，给自己安排一些听课、念咒的功课；同时，在家庭、社会乃至所处的任一环境当中，都要以爱心和慈悲心来对待众生。即使遇到一些坎坷不平，也能以佛教的教义提醒自己，看得淡一些，不要特别执著。这样以后，应该能够做到《六祖坛经》中所讲的“佛法在世间，不离世间觉”。

现在世间也有很多非常了不起的修行人，一方面，他们自己的修行成就非常高；另一方面，依靠佛教的慈悲教义，他们对社会乃至整个世界做出了极大的贡献。

⊙ 问：初学者可以修气脉明点吗？

堪布：对初学者而言，并不一定适合。大家最好

先修持菩提心，菩提心稳固之后，再修密宗的生起次第、圆满次第会比较稳妥，也会得到真实的利益。

◎ 问：发愿供养和意幻供养有什么不同？

堪布：比如，同样是供养悦耳动听的歌声，直接观想将歌声供养诸佛菩萨，是意幻供养；发愿将来在诸佛菩萨面前供养歌声，是发愿供养。

发愿供养和意幻供养也有相同的地方，二者都是在心中作意，只不过作意的方式不同。一个是在心中幻化，一个是在心中发愿。二者并不矛盾，意幻供养中可以包含发愿供养，发愿供养中也可以包含意幻供养。

◎ 问：发菩提心仪轨的含义是什么？

堪布：这个仪轨的含义，我在讲《入菩萨行论》第三品的时候，已经阐述过了，你们可以自行参考。

◎ 问：菩萨戒的内容是什么？

堪布：菩萨戒的具体内容，在《菩萨戒二十颂》《三戒论》《学集论》以及《入菩萨行论》的第三品中都有详细阐述。

◎ 问：如何才算得到传承？

堪布：得传承必须依靠声音，而且念传承的声音最好不要间断。

有些道友说自己只看法本，不想听法。虽然看法本能获得一些理解，但是得不到真正的传承，所以，听受声音非常重要。无论是集体学习还是个人学习，只要听到传法的声音，就可以获得传承。

◎ 问：请您讲解一下皈依的对境。

堪布：我在讲解《大圆满前行》的皈依境时，已

经讲过了，大家可以自行参考。

⊙ 问：什么是修行的验相？如何判断自己的根基？

堪布：对于修行人而言，外在的验相并不是很重要。通过修行，自相续中的贪心、嗔心等烦恼逐渐减少，慈悲心、菩提心等善念日益增上，才是最好的修行验相。表面上能看到什么东西，听到什么声音，并没有多大意义。

学习佛法时，最好不要以求神通、求外在验相为目的，应该努力让自相续变得调柔，为利益众生发起菩提心。

判断自己是什么样的根基，可以看自己对哪个法门最有信心。比如，你对密宗最有信心，说明你是密法根器者；你对净土宗或禅宗最有信心，说明你是净土或禅宗根器者。

总之，大家在修习佛法的时候，一方面，不要希求神通、神变和外在的验相；另一方面，要选择与自己相应的法门和上师，这可以根据自己的信心和欢喜心来确定。



学习佛法的力量

2006年10月22日

今天，给大家传授的传承是《三十五佛忏悔文》和《心经》。

华智仁波切曾经说过，念诵《三十五佛忏悔文》或《普贤行愿品》，可以清净自己往昔所造的一切罪业。我们从无始以来流转至今，每个人都造了无量罪业，为了清净这些罪障，大家应该尽量念诵《三十五佛忏悔文》。

（堪布念《三十五佛忏悔文》传承）

三十五佛中的每一尊佛，经书里面都有记载，包括念诵某尊佛的名号能清净某类特定的罪业等等。所

以，当我们念诵他们的名号时，相续当中的罪业自然而然会得以清净。

下面，我再念一下《心经》的传承。

（堪布念《心经》传承）

关于《心经》的内容和功德，大家应该比较清楚，这里我不再赘述。

修学佛法要持之以恒

最近，我从各方面的反馈了解到，大家的闻思修比之前进步了。有进步是好事，但我也要提醒各位，佛法不是短短几天或几个月就能学好的，必须长期下功夫，这样善知识的教言才能融入你的心间。即生当中遇到这么殊胜的佛法，而且现在还有修行的机会，大家理应以无常观、因果观和轮回观来督促自己。我们也会尽量发心，通过各个渠道把佛法传给大家。如

今，依靠网络的方便，天南海北的道友齐聚一起学习佛法，是非常值得高兴的一件事。

我最近正在讲《入菩萨行论》，希望大家能够认真真地学习，如果错失这次机会，以后有没有机会也很难说。从我个人角度来讲，不管遇到什么样的违缘，都一定会把这部论典传讲圆满。希望道友们也能发一个坚定的誓言：无论传讲多少年，我一定要圆满听完这部法！

虽然我们之间隔着千山万水，但却可以依靠网络的方便方法来交流佛法，也是一种不可思议的因缘，大家应该珍惜这个殊胜的机会。对大多数人来说，想要到佛学院里面闻思修行，恐怕即生当中很难实现。而现在，只要你们有信心，完全可以不受地域的限制，通过网络同步转播的方式听受佛法，这样相续中的善念也会日益增上。

以后，我们会不定期为大家分享佛法、答疑解

惑。当然，要在短短的时间内，解答完所有道友的疑惑，恐怕有一定的困难，但我们会组建小组，大家可以通过小组进行讨论。

善用网络改变自相续

这个时代跟以往有点不同，现在有成千上万的人利用网络来经营自己的事业，佛教徒也应该利用这种科技手段来听受佛法，并且经常串习，这样才会对自己的相续有利益。

当然，凡事有利必有弊，互联网也不例外。希望大家千万不要以各种借口，经常在网上看一些散乱影片，与不良风气同流合污，以不如法的行为来毁坏自相续，这是非常可惜的一件事情。

作为佛教徒，应该在网上看一些清净的内容。要知道，对网上乱七八糟的信息，即使是有修养的世

间人也会毫无兴趣，而真正对自相续有利的佛法，我相信有信心的人一定会感兴趣。因此，我们也会想尽一切办法，满足大家的心愿。希望通过这种方式，在你们的相续当中生起真正的利他菩提心。当然，生起菩提心也并非易事，关键在于要好好学习《入菩萨行论》。就我个人来讲，确实是依靠这部论典，让相续获得了一定的利益。我相信，依靠这么殊胜的论典，每位道友都能获得真正的利益。

我希望每位道友都能用慈悲心来对待所有的众生。我们所接触的任何一个人，其实都是我们往昔的父母，也都是我们发菩提心的对境。所以，大家尽量不要发脾气，要说一些慈悲、温和的语言，这样对家庭和社会都能起到积极的作用。如此一来，我们的人格会逐渐变得贤善，在此基础上才会获得出世的成就。

要提出有质量的问题

这次传讲《入菩萨行论》，每堂课我都做了充分的准备，从教证到公案，从佛法到世间法，只要是对大家有利的，我都想要传给大家。如果大家有佛法上的问题，一会儿可以提出来，我也愿意为你们解答。尤其是某些具有普遍性的问题，一个人提出来，所有人都受益。事实上，这跟世间人的聊天还是有区别的，因为我们都是发了菩提心的大乘佛教徒，交流是为了探索佛法的奥秘。如果在佛法方面对大家没有利益，我本人也没有兴趣在网上浪费时间。同样，如果你们对佛法没有信心，也不一定愿意这样聊天。

最近大家的学习意乐都很不错，尤其是有些道友，不管是听课还是交作业，各个环节都跟我们配合得很好。其实，我们这边的道友都很忙，甚至比你们还忙，他们每天要上好几堂课，背好几部论典，而且还要抽出时间为大家服务。但我想只要对各位有利，

我们付出多一点，也是值得的。

我也安排了一些法师为大家解惑，你们提问题的时候要言简意赅，尽量选一些的确存疑的问题来问，这样其他听者也能受益。人们常说：“时间就是金钱，时间就是生命。”大家一定要珍惜时间，好好学佛。

总之，非常感谢管理人员的付出，也感谢道友们的认真学习。我相信，通过我们的共同努力，再过一两年，大家的相续一定会有所改变，这就是学习佛法的力量。

现场互动

◎ 问：请您为我传皈依。

堪布：利用今天这个机会，我为有些道友传授皈依戒。以前没有皈依过的，现在可以皈依；以前已经皈依过的，不用重新皈依。

下面，我念一个简单的皈依仪轨。

（堪布传授皈依戒）

◎ 问：您在讲因明的时候，提到您正在翻译《释量论大疏》，请问我们什么时候可以拜读到这部论典？

堪布：如果想要把这部论全部翻译完，可能需要两三年。所以，我打算先翻译其中的第二品《成量品

释》，可能需要两三个月，其他部分等以后因缘成熟再翻译。

《释量论大疏》第二品的内容特别重要，里面涉及两个要点。第一个是通过逻辑推理来证明前世后世存在，第二个是阐述了释迦牟尼佛为量士夫的道理。学因明的人必须懂得这两个关要。

◎ 问 1：听说您正在翻译《七宝藏》，我们都非常期待，能否透露一下进度？

堪布：《窍诀宝藏论》已经翻译完了。《如意宝藏论》《实相宝藏论》完成了初稿，目前正在校对中，可能还需要两三年。

问 2：那《智者入门论》呢？

堪布：这个我以前翻译了五分之一，后来因为事务繁忙就停了，等以后机缘成熟了，我会把它翻

译完。

◎ 问：我记得您提到过，您与法王如意宝一起在国外看敦珠仁波切的传法视频，您说因为大成就者的加持和听受者的信心，应该能得到传承。请问，如果我们也有信心，看大德们传法的录像，可以得到传承吗？

堪布：依靠传法上师的加持和自己的恭敬心，也许能够得到传承。

◎ 问：每次念咒前后都要发心和回向吗？

堪布：无论修任何善法，都要先发心利益一切众生，修完之后再回向菩提。如果实在做不到，也要早上起来先发心，然后晚上睡觉前回向。

◎ 问 1：您在讲《入行论》时传过菩萨戒，我们得到之后，应该守哪些戒条？

堪布：根据自己的发心来受持。

问 2：您的意思是，无著菩萨的四条根本戒，或者龙猛菩萨的十八条根本戒，我们可以任选一种？

堪布：对。

⊙ **问：**在东北，很多学佛人的家里一边供着佛，一边供着大仙，请问这种情况应该怎么处理？

堪布：我去过东北，大仙的说法也听过不少。如果你们在供奉佛像的同时，还想要供奉大仙，那就把他观想成佛菩萨。其他方面，按照你们的传统去做就可以。

⊙ **问：**如果一个凡夫人有传承，我们到他面前听闻佛法，是否可以得到传承？

堪布：可以。

⊙ 问：我对佛法很有信心，但心总是不稳定，怎么办？

堪布：如果心比较虔诚，在三宝的加持下，自己的善根和信心会越来越增上。如果感觉心态不稳定，可以多念莲师心咒或观音心咒，慢慢就稳定了。

⊙ 问：我们这边外道特别昌盛，应该怎样防护？

堪布：实际上，不管外道如何昌盛，都不会损害我们的菩提心。我们应该对所有的外道发菩提心，并发愿度化他们。

⊙ 问：您在《入行论》中讲到，如果是好心好意，那么即使外表行为显得为非作歹，也只是堕罪的形象。比如，为了保护被猎人追赶的野兽，打妄语说“这里没有野兽”。那么请问，如果是一头狼或老虎，把它放跑了，它还会去伤害其他动物，那打这种

方便妄语，是不是也有过失？

堪布：佛教中讲，我们应该以慈悲心对待每一个众生。即使是所谓的坏人、恶人，他们有难了，要不要救呢？也要救，因为他们的生命同样珍贵。

对有菩提心的人来讲，看到虎狼的痛苦，为了救它说方便妄语，是不会有过失的。

◎ 问：上海有一种鱼叫黑鱼，它会吃小鱼，有时不小心买来放了，这样会不会有过失？

堪布：我们放生是为了救护众生的生命，只要你没有让它去伤害其它鱼的发心，就不会有过失。它吃其它小鱼，也许跟彼此的前世业力有关系。

◎ 问：打坐时眼睛应该睁开还是闭上？

堪布：每个修法的仪轨、坐式各不相同，所以不

能一概而论。比如，有的修法要求用毗卢七法坐式，这时候眼睛要微闭，还有的修法要求不闭眼睛。

不管修什么样的法，一定要按照高僧大德的教言去做。如果将修法的仪轨与自己的分别念混在一起，有可能会出问题。

◎ 问：对于定业是否可转的问题，有的人认为经过忏悔以后，定业可转；有的人认为一定要承受果报，定业不可转。请问应该如何理解这个问题？

堪布：这个问题，要从大乘、小乘两方面来分析。按照小乘的观点，所造的定业不可能转变；而按照大乘的观点，无著菩萨在相关论典中讲过，因缘具足时定业也是可以转变的。

比如，一个人造了五无间罪，小乘认为，来生必定堕入无间地狱感受无量痛苦；而大乘认为，依靠四种对治力或者进入密宗坛城接受灌顶，可以忏悔清净

这些罪业，不用再受果报。即便有些罪业非常严重，最后堕入无间地狱的时间也是非常短暂，就像皮球落在地上立刻弹起一样，瞬间就能获得解脱。

⊙ 问：请您为我们简单讲一下四灌顶修法。

堪布：大家可以这样观想，从上师的额间、喉间、心间三处，分别发出白、红、蓝三种光，融入自己的这三处，如此就获得了上师身口意三门的灌顶和加持，三门的所有罪障全部得以清净；然后观想上师全身放光，融入自己的全身，此时获得了第四灌顶；最后观想上师身口意的所有功德，全部融入自己的相续，自己已经获得与上师无二无别的果位。

在麦彭仁波切所著《开显解脱道》的末尾部分，有一个四灌顶修法的偈颂，你们可以去看一下。

⊙ 问：通过因明和中观的学习，法义融入内心以后，我对空性的道理逐渐有所了悟，我执和烦恼也

减轻了，感恩上师。

堪布：学习佛法是一个长期的过程，希望你们持之以恒地坚持下去，这样大家会感觉更加充实，调心方面也会更有把握。所以，对今生来世最有帮助的就是佛法。

既然对你们有利，我们也会尽力而为，为大家提供更多的方便。

⊙ 问：佛经中经常说，遇到违缘的时候，唯一的皈依处就是三宝，那是不是生病了也不用去医院？

堪布：生病的时候，应该去看病。佛经中也说，我们能够依靠医药来治疗疾病，也是三宝的加持。

⊙ 问：有时候，我会在单位用公家的打印机，打印一些自己认为很好的教言，然后送给不方便看电子书的佛友，请问这样犯盗戒吗？

堪布：这个要看具体情况，如果是集体的财产，在律藏中专门有一些分析方法。但一般来讲，如果没有盗心，不一定完全算是犯盗戒。

◎ **问：**您经常说，供养的时候，最好以三轮体空来摄持，请问什么都不想算三轮体空吗？

堪布：供养时什么都不想，这不叫三轮体空。

◎ **问：**告别上师的时候，是不是不能顶礼？

堪布：这个说法在汉地比较流行。因为当年米拉日巴尊者离开玛尔巴上师时，想起上师的恩德，忍不住回身对上师顶礼，此后他再也没有见到上师。

可能是以这个故事为缘起，很多人开始说“不能磕离别头”。但在经续论典当中，好像没有类似的说法，反而说给上师做事情之前要先顶礼，做完之后再顶礼，如是才可以离开。佛经中也经常有“作礼而

去”的说法。

⊙ 问：有些人说磕大头时不能戴护膝、手套等护具，请问是这样吗？

堪布：我没见过这样的教证，应该可以戴的。

⊙ 问：因为条件有限，把佛堂设在卧室里，穿着睡衣或短衣短裤在卧室里活动，这样是否如法？

堪布：这个应该没事吧。

⊙ 问：可以在坟地做烟供吗？

堪布：可以。

⊙ 问 1：我的孩子特别贪玩，不爱学习，而且对人没有礼貌，请您看看他的因缘，应该念什么咒？

堪布：我也看不出什么因缘，就让他好好学习佛

法，多念一些金刚萨埵心咒，应该会有很大的利益。

问 2：小学二年级的孩子可以学《儿童佛教课》吗？

堪布：可以，小孩子都可以学。



菩提心 佛子行

2006年11月5日

本来按照通知的安排，今天应该给大家念诵《佛子行》和法王如意宝所造《胜利道歌》的传承，但是因为时间关系，这次只能念《佛子行》的传承，顺便给大家做一个简单的开示，之后你们可以提问。

《佛子行》是藏传佛教中非常重要的一部修心论典，法王如意宝在一生当中，听过这个教言五十次以上。希望大家得到传承以后，能以《佛子行》的利他菩提心来要求自己。

今天我就不多说了，如果你们真的想听我说，可以去听我讲课的视频和音频。我在传讲《入菩萨行论》《量理宝藏论》《净土教言》等论典的过程中，

已经把自己懂得的佛教知识和修行方法全都传给大家了。

念诵《佛子行》传承

听传承和听法一样，要按照《大圆满前行》中讲的闻法方式，如理如法地听受。要知道，大家如今能够听闻到佛法，是多生累劫极其难值难遇的大事。虽然你们居住在不同的地方，但我相信依靠佛菩萨和传承上师的加持，借助于网络的方便，每个人都能得到传承。

（堪布念传承）

《佛子行》只有三十七个颂词，字面上看起来很简单，但实际做起来却没那么容易。对于大乘修行者来说，这是必不可少的修持方法，希望大家有时间多看看。了解它的内容以后，就要落实在实际行动上，

在菩提心的摄持下，以论中的“佛子行”来观察自己的三门，这一点至关重要。

积极参加极乐法会

马上就要入冬了，过几天是藏历九月二十二日——天降日。这一天是纪念佛陀在三十三天为母说法圆满、返回人间的日子，是任何一个佛教宗派都承认的殊胜吉日，希望大家多多行持善法。

最近，学院也在举办极乐法会。法会期间，主要念诵《极乐愿文》和阿弥陀佛心咒“嗡 阿么得瓦 阿耶色德吽舍”，你们在各地也要好好念诵，并发愿往生极乐世界。

这个心咒，学院要求法会期间每人念诵 30 万遍。我知道你们整天忙于工作和家庭，能不能念完也不好说，但还是希望大家积极参与进来，共同发愿和念

诵。凡是参与者，都能得到法会共修的所有功德，这一点通过佛经中的教证可以说明。

法会一共八天，希望大家专注祈祷阿弥陀佛，多念阿弥陀佛的心咒或名号。共修期间，学院所有道友会一起发愿：凡是与我们共同发愿的所有有缘信众，都能一同往生极乐世界。你们自己也要如此发愿，这样我们都会往生极乐世界。要知道，往生净土是修行人的头等大事。

排除困难，长期学习

希望全国各地的道友，不管在什么情况下，都要坚持学习。虽然对你们来说可能会有诸多不便，比如要坐车去很远的地方等等，而我自己也有很多事情需要处理，但是我想，能够通过这种方式来共同学习佛法，也是一件非常荣幸的事情。因此，我们以后会不定期地组织学习，大概会提前一个礼拜通知大家。

我会通过网络给大家念一些简短又甚深的窍诀传承，同时也会做一些修行答疑。在交流过程中，我不可能满足所有人的要求，因为时间有限，只能选择少数人来提问，希望你们能够理解。不过有时候，一个人的问题能让一群人产生共鸣，对一个人的回答也能让其他人受益。所以，当其他道友提问的时候，你也应该思考一下，自己有没有这方面的疑惑，或者你会怎么回答这个问题。我也不一定回答得非常圆满，但是我有自己的一些理解和想法。当我解释这个问题的时候，你是否持有相同的观点？你又有什么样的收获？对于这些，你自己要再三思维，这样必定可以从中受益。

我唯一的希望，就是你们能够学到佛法。我们已经想尽一切办法，把在寂静处所传的法直接送到各位的家门口了，希望真正想学习佛法的人不要错过这个机会。当然，你们可能没有足够的时间和精力，但是为了学习佛法，应该排除一切困难。大家可以看一看

以前高僧大德的传记，如果去藏地或者印度求学，要付出多少代价？而现在，你们轻而易举地就能得到这些法，因此一定要认真学习。

珍惜因缘，依止上师

所谓依止善知识，不一定非要天天跟着上师，或者坐在上师面前，一直看着上师。对上师所传的教法，只要你如理如实地了知、如理如实地修持，这就是依止上师。大家应该清楚，依止上师最主要的目的是调伏自相续。

如今，通过网络手段，每个人都能得到佛法的利益，希望大家能够珍惜机会，认认真真地学习。有生之年遇到佛法，是最难得、最荣幸的事情。你们可以看看自己周围的人，他们过着什么样的生活？一个人来到这世上，不知道自己前世，也从来不考虑后世，实在是一件令人非常遗憾的事情。

以上这些话，都是我的肺腑之言。现在我们能够通过这种方式来传播佛法，其实也是诸佛菩萨和传承上师的加持，对此我非常感恩。当然，还要感谢为菩提讲堂、网络佛学院、智悲佛网以及其他方面付出的所有法师、居士和施主，非常感谢你们的善举。如果没有你们的支持，即使我心里很想把佛法传给有缘的人，也是心有余而力不足。

在许多人的支持和帮助下，网络传法因缘得以成熟，效果也比较不错。以后，我们要继续祈祷上师三宝加持，让方方面面的安排都能圆满，尽量满足所有人的需求。

我这样努力传法的目的，就是希望凡是听我讲法的人，即生成为非常好的修行人，来世不堕三恶趣，在菩提道上不断增进，直至成佛。这是我唯一的目的，除此之外别无他想，上师三宝可以作证。

人生过得特别快，几十年转眼间就过了，所以大

家一定要精进。经过半年多的学习，相信你们已经找到了生活的意义，对佛法也有了更深入的了解。这就是我内心最深处的愿望。

现场互动

◎ 问：宗萨仁波切在《佛教的见地与修道》中认为，因为一切现象都是自心的感受，所以让一切众生觉悟是自己的责任，而不是众生的责任，以及要在明了中觉悟诸法如幻。请问该如何理解这些教言？

堪布：实际上，外境的一切显现都是唯心所造。这不仅是无上大圆满的见地，也是显宗唯识宗以上的观点。

如果我们了知外境的一切显现都是如幻、如梦、如阳焰，进而在修行过程中也如理如实地修持，那么对外境的执著就会逐渐减少，最后所有的分别念全部消于法界，当下获得菩提的果位。

因此，我们时时刻刻都应该持有这种见地，对

任何人、任何事，以及财富、地位、名声等外境，尽量不要产生强烈的贪执。这样一来，修行自然而然会成功。

帝洛巴尊者曾说：“显现不缚执著缚，断除执著那若巴。”也就是说，如梦如幻的显现不会对解脱造成障碍，解脱最大的障碍就是实执。所以，宗萨仁波切的这些教言，我们应该牢牢记在心间。

⊙ 问：如果对某一类众生总是生不起欢喜心，比如说很害怕老鼠，这个要不要忏悔？

堪布：害怕老鼠不用忏悔，但是想害老鼠要忏悔。

⊙ 问：对发菩提心的人产生恶念，是指要打他、害他吗？

堪布：如果对方是发了菩提心的人，最好不要对

他产生恶念，更不要骂他、打他、害他。

道友之间最好不要吵架。当然，作为凡夫要想做到这点，恐怕有一定的困难。如果你跟他吵架，或者打他、害他了，就要随时想起侮辱大乘佛子的过失，然后好好地忏悔，多念金刚萨埵心咒或者百字明。

◎ 问：我感觉身边很多人的嗔心比较重，当然也包括我自己，请问该怎么对治？

堪布：嗔恨心重并非个人问题，很多人经常对自己的道友、家人或同事生嗔心，可见嗔心是比较难对治的。

过段时间，我们会学习《入行论·安忍品》，里面把嗔心的因缘、体相、果报以及对治方法等剖析得非常透彻。只要大家认真学习，一定会对消除嗔恨心有很大的帮助。

◎ 问：请您为我们传一下金刚萨埵的修法仪轨。

堪布：我给大家念一下法王如意宝造的《金刚萨埵修法如意宝珠》。

（堪布念传承）

这个修法仪轨是法王如意宝 1997 年从智慧中显现的意伏藏，传承非常清净，在《喇荣课诵集》以及其他教言集里都有收录。

无始以来，我们每个人都造下了无量无边的罪业。即使已经学佛修行，但就像刚才那位道友所说，还是会对金刚道友、发了菩提心的人生起嗔心、嫉妒心、傲慢心等。所以，为了清净这些罪业，应该好好地忏悔。

《地藏十轮经》中讲到，有两种人是最好的修行

人：一种从来不造罪业；一种虽然造了罪业，但能发露忏悔。第一种人，除了高僧大德以外，一般人很难做到。所以，对于以前犯过的罪业，以及一些不如法的行为，我们一定要励力忏悔。

此修法仪轨的后面有说，如果念满 40 万遍金刚萨埵心咒，即使犯了密乘根本戒，也能得以清净。很多传承上师也讲过类似的教言。如果你们觉得自己业力深重，那最好念诵 40 万遍以上的金刚萨埵心咒，这样罪业肯定能得以清净。

我刚才给大家念的仪轨传承来自法王如意宝。一般来讲，藏传佛教非常重视传承上师的教言。因为任何一个法，如果它的传承法脉从未间断，便会有非常大的加持。所以，密宗灌顶或各类教言的传授都要有传承。

其实，汉传佛教也很重视传承，比如比丘戒、沙弥戒、居士戒、八关斋戒，这些戒都是释迦牟尼佛制

定的，直到现在依然传承着。

◎ 问：小乘阿罗汉没有菩提心，却也可以出离轮回，请问这与大乘的解脱有什么区别？

堪布：虽然小乘阿罗汉可以出离轮回，但这不是最究竟的解脱。

按照小乘的观点，阿罗汉是最高果位，他可以很长时间入于灭尽定。但依照大乘经典的说法，他最后还是出定趋入大乘，五道十地全部圆满之后才能获得佛果。可见，虽然阿罗汉可以脱离轮回，但是却没有获得佛陀那样圆满的断证功德，因此他的解脱是不究竟的。

总之，如果没有大乘菩提心，绝对无法获得佛菩萨的果位。我们一定要好好地修持菩提心，依靠菩提心的力量，最后才能获得断证圆满的佛果。

◎ 问：无垢光尊者讲了三个殊胜：最初是发心殊胜，以菩提心来摄持一切善行；其次是正行无缘殊胜，安住于三轮体空的无缘境界中；最后是回向殊胜，缘无上菩提而做回向。请问“安住于三轮体空的无缘境界中”，到底是什么样的状态？

堪布：以听法为例，听课前为了度化一切众生发菩提心，这是前行发心殊胜。心不外散而专注于法义，基本上就是正行无缘殊胜。

当然，真正的三轮体空是无上密法或大中观所讲的境界，一般凡夫人很难做到。但是，在做任何善法的过程中，心专注于所行的善法，也可以算是正行的无缘殊胜。

最后，把听课的善根回向无上菩提，这是结行回向殊胜。

◎ 问1：没有传承可以念《喇荣课诵集》吗？算

不算盗法？

堪布：可以，不算盗法。

问 2：供护法的仪轨没有传承也可以念吗？

堪布：可以。

◎ **问：**依靠什么因缘会转生到非想非非想天？

堪布：按照大乘的说法，当六识聚入于阿赖耶识，依靠阿赖耶识，同时以相关的业力牵引可以转生到非想非非想天，即无色界最高的一层天，然后在天上安住八万劫。

◎ **问：**小乘圣者见道以后才能入灭尽定吗？

堪布：对，是不来果以上。

◎ **问：**有些利根者，在大乘资粮道或加行道的

时候，就已经见到了自心本性。那么，他们在入定的时候，有没有二取分别念？是所有的二取分别念全都融入法界，还是粗大的二取分别念融入法界，但尚有微细的分别念存在？

堪布：利根者进入资粮道或加行道时，与大乘的见道相比，仍然会有二取分别念；但与一般凡夫相比，可以说他的粗大二取分别念已经融入法界，但细微的分别念还是存在的。

◎ 问：什么是断法？

堪布：所谓的断法，就是通过修持般若法门，以无二智慧彻底断除自相续中的我执和实执。

总之，修断法的功德非常大。我们平时可以将《心经》等般若法门与施身断法相结合而修持，这样可以遣除修行过程中的一切违缘，获得今生来世的广大善妙功德。

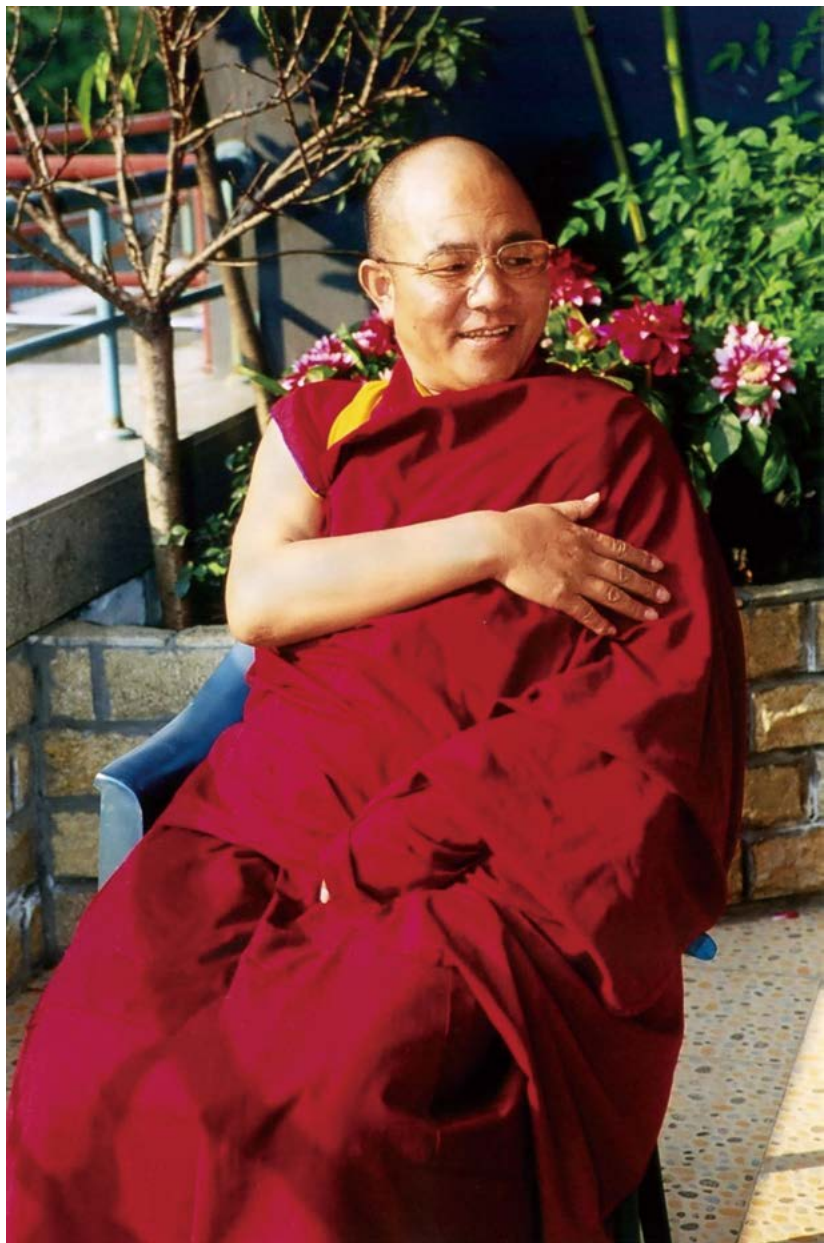
⊙ 问：什么是实修？

堪布：认认真真地将所学到的法在相续中不断串习，然后在实际行动中如是行持，这就是实修。

⊙ 问：一个人没有皈依，也没有受五戒，可以受菩萨戒吗？

堪布：具足皈依戒是受菩萨戒的一个前提，如果没有受过皈依戒，不可能得受菩萨戒。因此，任何一个传菩萨戒的上师，都会先给大家传皈依戒。

没有受五戒也可以受菩萨戒。如果要受居士戒，也可以只受持一分以上的戒律，大家可以根据自己的实际情况来定。



吉祥与胜利的缘起

2006年11月19日

今天，我会先给大家念几个传承。第一个是《八圣吉祥颂》，在《喇荣课诵集》里就有。《八圣吉祥颂》中收录了众多佛菩萨和护法天众的名号，通过念诵此文来祈祷圣尊的加持，可以让我们所做的任何事情如愿成办，圆满成功。然后，再念《文殊礼赞》《金刚七句祈祷文》以及《胜利道歌》的传承。

（堪布念传承）

胜利的缘起

今天，我想主要讲一下《胜利道歌》的内容。

《胜利道歌》是法王教言中最殊胜、最精要的窍诀之一。自从即兴唱出这首道歌之后，不管是传讲显宗法要还是密宗法要，在开始的第一天，上师老人家都会先讲一遍《胜利道歌》。上师说：“不管你们以后到哪个地方弘扬佛法，或者到哪里独自安住修行，首先应该传讲或念诵一遍《胜利道歌》，如此可以战胜一切邪魔外道，遣除所有违缘和障碍。”

在末法时代，修持正法不是一件容易的事情。有些人很想成为一个合格的修行人，却经常遭受一些内外的违缘。这个时候，凡夫人想要凭借一己之力战胜所有的违缘和障碍是不可能的，一定要借助上师三宝的加持，依靠诸佛菩萨的威德力，才能完全从中获得胜利。所以，当我们感觉修行不顺、违缘不断、障碍重重的时候，一定要一心一意地祈祷与文殊菩萨无二无别的上师如意宝，同时多念几遍《胜利道歌》。

我已经把《胜利道歌》翻译成了汉语，大家念

的时候，念汉文或藏文都可以，没有什么差别。上师的教言如同诸佛菩萨的金刚语，具有不可思议的加持力，也有极其殊胜而深奥的缘起。念诵的时候，依靠我们的清净心、法王的发愿力和诸佛菩萨的加持力，三者因缘和合，一切违缘和障碍都会土崩瓦解。所以，今天我很想给大家念这个传承。这个法我在上师面前得过很多次，传承非常清净。

对于忙于生计同时又想修行的人来讲，经常念诵《胜利道歌》非常重要。因为它的文字并不多，总共十个颂词，但内容已经涵盖了显密所有教法。下面，我从五个方面简单介绍一下这部论典。

劝修密法

第一层内容是劝修密法。大圆满是末法时代难得值遇的殊胜窍诀，我们今生有缘遇到，是多生累劫积

累资粮的结果。这样的大圆满，仅仅是听闻到一些词句，也能断除三有轮回的根本，而有缘者修行六个月便能获得成就。

因此，希望大家能对密法有清净的信心，至少不要排斥，因为排斥的心态不会损害密法，只会损害自己的善根。一旦犯下谤法罪，不管修什么法，都不会获得成就。

如果各方面因缘具足，大家一定要好好地修持密法，尤其是无上大圆满，珍惜上师所传的密宗教言以及密法法本；即便暂时不具足因缘，也应该对密法观清净心，了知这是十方诸佛菩萨的甚深教言。

有些人可能认为：“这是藏地的一种教法，我们学汉传佛教的没有必要学习。”大家千万不要这样想，更不要对密法产生邪见。要知道，我们学佛的目的在于解脱，而不是堕落。

发菩提心

第二层内容是发菩提心。菩提心的意义和功德，我在讲解《入行论》时已经再三讲过了，相信听过的道友应该会有有一定的认识，还没听过的道友可以补听一下。

我个人认为，如果想要在短时间内全面了解佛法，最好能够学一下《入行论》。我这样说，并不是为了找更多人来听我的课。对我个人来讲，一个人听也可以，一百个人听也可以；但对你们来讲，如果没有系统性的学习和研究，很多佛教道理是不好懂的。

最近，我听说很多人闻思一段时间以后，自相续已经有所改变了，这让我心里很高兴。其实，我辛辛苦苦传讲《入行论》的目的，就是希望凡是听到这部论典的人，内心都会有所改变，这就是我梦寐以求的心愿。

不管是哪个国家、哪个地方、哪个宗派的修行人，都可以学习这部论典。所以，以前没有学过的道友，可以通过网络等方式来报名学习。菩提心的修法，会让我们的身心发生改变，而改变的出现，又让我们重新定位自己的人生，并真正发起菩提心，成为一名真正的大乘佛教徒。

发出离心

第三层内容是发出离心。如果想要从轮回中获得解脱，就一定要有出离心，并且守护好别解脱戒，没有出离心和戒律，是不可能获得解脱的，更不要说大乘的显密成就。因此，作为修行人，我们要时时刻刻想到轮回的过患。无论我们转生到人间、天界、地狱、旁生等任何一道当中，都离不开痛苦的本性，犹如火宅一般遍满痛苦。所以，我们一定要发起誓求解脱的出离心。

人格贤善

第四层内容是人格贤善。修行需要人格贤善，因为人格不好的话，连修学佛法的资格都没有。那么，什么才叫贤善人格呢？一、懂得随顺他人，与人相处要为他人着想，不要轻易和别人发生矛盾；二、为人秉性正直，非常诚实；三、心地善良。这是我们做人的基本要求。

其实，一个人的品行就像一棵树，这棵树依靠树根而开花结果。同样，一个人没有人格，也就失去了生起出离心、菩提心乃至中观或密宗境界的基础。因此，学佛的人，先要学会做一个好人。

往生极乐

第五层内容是往生极乐。不管是学藏传佛教还是汉传佛教，大家都应该发愿往生极乐世界。就像净土

宗祖师们所说的那样，凡夫要往生其他清净刹土难度很大，而往生极乐则容易很多。

作为佛教徒，一定要发愿往生净土，并且经常念诵阿弥陀佛的名号。另外，还要遣除往生的两大障碍，即谤法罪和五无间罪。我们要尽量成办往生的顺缘，也就是《净土教言》中讲到的往生四因，即明观福田、积资净障、发菩提心、发清净愿。如此一来，往生就有把握了。

总之，修习无上密法、发菩提心、发出离心、人格贤善和发愿往生极乐世界，法王如意宝一生所讲的法要都包括在这五条当中，乃至所有高僧大德的教言也可以含摄其中。

结语

最后，我想对网络前的道友们表达我的感谢。我

知道你们大多数人都很忙，难得周末可以休息，还要集中起来学习佛法，确实精神可嘉。虽然我们一直在学院里面学习，但周末还是可以放松一下，而你们除了忙工作和家庭以外，还要抽出时间来学佛，不得不说，你们的确非常精进。

听说自开讲《入行论》以来，很多人没有星期天了，一直在跟着学习，这让我非常钦佩。其实，修行人就应该有一种毅力，不然不要说成佛，就连世间工作也很难成办。因此，在学习佛法的过程中，我们要在各个方面严格要求自己，这样才会有大的收获。不管遇到什么违缘、什么障碍，都不要困难面前屈服，更不要倒下去、垮下去，这才叫真精进。

当然，还要感谢为我们提供各种方便的法师和居士大德，希望我们同心协力，将大乘佛法弘扬到世界的每一个角落。

现场互动

⊙ 问：什么叫所知法？

堪布：所知法，就是所了知的一切法，所知法包括有实法和无实法。

从广义的角度来讲，有为法、无为法以及涅槃在内的所有法，都可以包括在所知法当中。

⊙ 问：什么是闻思修？

堪布：学习佛法前，我们首先要依止一位上师，然后在上师面前如理听闻而了知法义，叫闻所生慧。听闻后反反复复在心里思维，基本能了知诸法的本性，叫思所生慧。对所思维的内容再再串习、修持，以此获得不退转的信解，叫修所生慧。

比如，你最初根本不懂万法无常，上师为你讲解无常的道理后，你因此了解了无常的概念，这叫做“闻”。

对无常有所了知后，你开始反反复复思维这个道理，一切真的是无常吗？器世界和有情世界的所有万法都是无常吗？为什么会无常呢？这样再三地观察，终于认识到万法的的确确是无常的本性，这叫做“思”。

只是了知无常的道理并不足够，还要每天上座进行观修，最后自相续生起稳固的定解，从此对万法无常深信不疑，并且这种智慧永不退转，这叫做“修”。

⊙ 问：有些经论中讲，不发菩提心就不能往生极乐世界，但有些道友说佛经中讲，极乐世界也有阿罗汉和凡夫，请问应该怎样理解？

堪布：在有些经论中，的确说过极乐世界有阿罗汉和凡夫，所以有人就认为，这些阿罗汉和凡夫应该没有菩提心，比如说往生极乐世界之前，有些老太太不一定发菩提心。但我们要知道，虽然老太太往生前没有发菩提心，但是在她往生的一刹那，相续中一定具足菩提心。

一般来说，阿罗汉分为大乘阿罗汉和小乘阿罗汉，像目犍连和舍利子，就是佛陀在世时发了菩提心的大乘阿罗汉。所以，极乐世界中的阿罗汉，应该是大乘阿罗汉。

我们凡夫也分发菩提心的凡夫和没有发菩提心的凡夫，而在极乐世界的凡夫，一定是发了菩提心的。

总之，凡是往生极乐世界的人，一定具足菩提心。

◎ 问：学习《入行论》的时候，有些道友中间

几堂课没有看视频，只是看了讲记，这样算不算断传承？

堪布：所谓的传承圆满，是指一定要把传承的声音从头到尾听完整。如果中间断了，最好把没有听到的部分补上。

虽然看书可以对内容有所了解，但是耳边没有听到声音，这个传承是得不到的。因此，如果中间断了传承，最好在有传承的道友面前补听一遍，这样做很有必要。

⊙ 问：《入行论》中讲，对发菩提心的人生嗔恨心，会有很大的过失，而我们在上师的教导下都发了菩提心，那么，在与人接触或者教育孩子的过程中，如果他们对我们生起嗔恨心，会不会有很大过失？

堪布：发了菩提心的人，是非常严厉的对境。如果对发菩提心的人生起嗔恨心，按照《大密善巧方便

经》《大乘经庄严论》等有关经论的说法，确实有很大的过失。但反过来说，对发菩提心的人生起欢喜心和饶益心，也会有非常大的功德。

因此，在与人接触或者教育孩子的过程中，尽量不要让他们对你生起嗔恨心等恶心，如果生起应该要他们立即忏悔。忏悔的方法有很多，比如念诵金刚萨埵心咒或者百字明，这样罪业很容易清净。

事实上，我们非常的幸运。因为今生不仅遇到了大乘佛法，而且还遇到了殊胜的忏悔法门。所以，你说的这种情况，应该没有很大问题。同时自己也要时刻注意，尽量不要对别人生嗔恨心。

◎ 问：如果家人阻止我们信佛、学佛、供佛，白天工作又比较忙，在这种情况下，如果想发心为众生做事，应该怎么做？

堪布：我们学习佛法，不仅仅是要做一些利众的

事，更重要的是从内心对佛陀生起无比的敬仰心。当然，每个人的家庭状况不同，有些人很想学习佛法、研究佛法，以大乘菩提心的理念来饶益众生，但就像你刚才所说的，不仅家里对他制造违缘，连工作单位也制造违缘，这种情况非常普遍。

在这种情况下，首先应该保持道心不退。同时，还要多念经、看书、放生等，尽心尽力地行持善法。遇到的违缘越多，越应该坚定自己的发心，这一点非常重要。

对于有些人来说，家人阻拦得越厉害，他的道心反而越来越增上。因此，只要有信心，一切外缘都不是障碍。

⊙ 问：有些佛经中讲，众生的业是自作自受，别人不能代受，但在显现上，很多上师可以为众生背业。请问圣者到底能不能替众生背业？

堪布：一般来讲，众生自己所造的业，不可能成熟在其他众生的相续当中。佛陀在经中还说：“众生所造之业，不会成熟于外界地水火风上，也不会成熟于其他相续中，而是成熟于自己的界蕴处。”这是从总的业因果规律而言的。

有些高僧大德和诸佛菩萨，显现上可以为众生代业，这是因为他们的加持力不可思议，在这种情况下，可以减轻众生所受的痛苦。比如，有一个人犯了罪，按照世间法律来讲，他必须自己承担法律的制裁，但是也会有一些特殊情况。

关于定业转变的问题，智悲光尊者在《功德藏自释》中有广说，方便时大家可以看一下。

⊙ 问：我们来自哈尔滨净土宗的一个念佛堂。请问助念多久之后，才能移动亡者的遗体？如何知道亡者往生净土还是转生其他道了？如果亡者身体僵硬，是否往生了？

堪布：你们净土宗的道友能够学习《入行论》，对此我由衷地随喜。这次学习《入行论》的，还有很多其他上师的弟子，也有禅宗、华严宗、天台宗等宗派的弟子。

按照佛教的传统，遗体至少三天之内不要动。期间道友们应该尽量为他助念，可以念阿弥陀佛名号、释迦牟尼佛名号和观世音菩萨名号等。如果你懂得其他的助念仪轨，也可以照着仪轨进行念诵；如果不懂其他仪轨，只要一心一意地念阿弥陀佛，也非常好。

一般人死以后，要在 49 天之内为他做些佛事，最好每天都有人为他念佛、念经回向，这一点无论显宗密宗都非常认可。

按照大乘的某些教言，判断往生的标准，最好是看天象的变化。有些人虽然身体僵硬，但也有可能往生了。

◎ 问：我是学净土宗的，请问什么是火施？

堪布：火施和火供不同。火供，是通过燃烧供品来供养诸佛菩萨，在密宗中有专门的仪轨。火施，是用于下施，即把食物烧掉之后，依靠烟味来布施空中的饿鬼和非人等。通过我们念经诵咒的功德，一些非人可以得到利益，甚至可能会依此获得解脱。因此，平时我们按照仪轨念诵，有很大的功德。

作为净土宗的弟子，不懂这方面的道理也没关系。实际上，一心一意地念佛，不管是对个人还是非人，都有非常大的利益。因为阿弥陀佛也是一切诸佛的总集，是将诸佛的慈悲、智慧聚于一身的佛陀。

◎ 问：我们平时会接触到不同的人，有些并不学佛，尤其是家里人，总劝我们吃鱼虾等肉，如果不吃，他们就有意见。请问如何避免这种情况？

堪布：如果你们不吃鱼虾，他们有意见的话，那

么反过来，他们吃鱼虾，你们也应该给他们提意见。

⊙ 问：家里装藏的佛像在夏天会生很多小虫子，该如何处理？

堪布：装藏的时候，最好不要装易生虫的东西。

⊙ 问：什么是一地菩萨？什么是登地菩萨？

堪布：大家可以看一下月称论师所造的《入中论》，里面对一地菩萨的定义、属性、功德等讲得很清楚，或者看一下《十地经》。

登地菩萨是指从一地到十地之间的菩萨。

⊙ 问：什么是狮子坐？

堪布：狮子坐是密宗当中一种特殊的坐式。一般来讲，你们要得过灌顶以后，我才可以宣说。

◎ 问：人死了以后，灵魂还分男女老少吗？

堪布：如果是中阴身，在他自己的自现当中，还是会有这种感觉。如果转生为其他的众生，当然也会有种族、性别之分。

◎ 问：什么是不可思议的变异生死？

堪布：不可思议的变异生死，是指声闻、缘觉和菩萨的一种特殊的身体，这种身体有细微的生死。有时也可以依靠这种意生身前往清净的刹土。

◎ 问：哪一地的菩萨对众生最有利？

堪布：从一地到十地之间，都对众生有利。

◎ 问：通过看《入行论》的视频，能不能得到菩萨戒的戒体？

堪布：我在讲《入行论》时传过菩萨戒，当时听

的人应该可以得到戒体。

⊙ 问：如何将世间法与发菩提心结合起来？

堪布：其实，发菩提心不能离开众生，因为我们的发愿是让所有众生获得佛果。发菩提心的力量和功德非常大，我们应该将菩提心融入世间法当中。

⊙ 问：可不可以把法王如意宝作为自己的本尊？

堪布：最好是把佛菩萨作为本尊，自己对哪一尊佛菩萨最有信心，那就是你的本尊。



如何修行大乘佛法

2006年12月3日

今天，我想给大家念一下《普贤行愿品》的传承。根据学院的传统，不论修学任何法，回向时都要念诵《普贤行愿品》。

法王如意宝在世时，曾多次为我们念过这个传承，也讲解过很多遍。前两天我就在想，如果想要真正利益大家，应该传这样的法，而且我也有清净的传承，在法王面前得过，在其他上师面前也得过。

菩提心是大乘佛法的核心

念传承之前，我想先讲一讲“如何修行大乘佛

法”。这个道理在《入行论》中讲得非常详细，但考虑到有些道友还没有开始系统的学习，所以我在这里简单地讲一讲。

实际上，大乘与小乘之间，有很多方面的差别，但最根本的是什么呢？阿底峡尊者说：“内道与外道以皈依别，大乘与小乘以发心别。”也就是说，大乘与小乘的根本差别，在于有没有菩提心。有菩提心的就是大乘修行人，没有菩提心的就是小乘修行人。

因此，我们每一位道友都要扪心自问：“虽然我学的是大乘佛法，但是我发了菩提心没有呢？”如果答案是肯定的，你确实发了菩提心，也能用菩提心来摄持自己的行为，应该算是大乘修行人。当然，只有发心还不足够，《大圆满前行》中说：“发心不为主，生心乃为主。”是否真正生起了利他菩提心，还需要进一步的观察。

有关菩提心的重要性，以及它的功德和生起方

法，我在讲解《入行论》时已经讲过了，希望大家今后能够认真学习这部论典，这样你对大乘佛法的教义才会有所了解。

今天在网络平台上的道友，有些可能还没有参加学习，有些虽然已经参加了，但是学得并不认真，在此我郑重奉劝大家，如果真的想要学习佛法，就不能满足于字面上的理解，而要通过亲身体验来巩固所学到的知识。

《入行论》是印藏两地公认的在修学菩提心方面最系统、最圆满的一部论典。如果大家能以恭敬心、渴求心来学习，依靠如此殊胜的因缘，一定会得到真实的利益。

对佛法保持希求珍惜之心

最近，我发现很多道友有个毛病，学习容易虎

头蛇尾，刚开始的时候非常精进，到后来就没有动静了，这样不太好。既然已经开始学习了，就要认真地学习，还没有学过这部论典的道友，应该尽快参与报名。

我一直很想帮助大家，但就目前来看，我这一生对你们最大的帮助，也许就是传讲这部法了。虽然我偶尔会去汉地，但也只是和大家见见面而已，想要通过佛法提供大的帮助，确实有一定的困难。我翻译过不少论典，但这些论典大家看了没有也不好说。因此，我和你们之间的缘分，应该是从学习《入行论》真正开始的，我认为这是最好的一种途径。

我知道你们工作很忙，还要操办家庭里里外外的琐事，做也做不完。其实不仅仅是你们，我们同样也有很多事要做，但学习佛法是一生中最重要的事情，无论如何都应该空出时间来学习，这样才能找到生命的意义。相反，如果你没有一个端正的学习态度，那

就永远都学不好，也永远不会有进步。因此，大家最好不要以种种借口来逃避学习，比如我特别忙，我身体不好，我有这个事那个事……经常自己给自己找借口，最后就半途而废了。

我传法的唯一目的，就是希望用佛法帮助大家摆脱烦恼和痛苦。除此之外，没有其他任何目的，可以说心是比较纯净的。我始终认为，藏传佛教的传承体系以及历代上师们传下来的教言，的确非常殊胜。虽然我修得并不好，但毕竟学修多年，内心对佛法已经深信不疑，相信它超越了所有的世间学问，是最有加持的，也是最殊胜的。

我们会想尽一切办法，给大家提供学习的方便。前段时间我也讲过，这些方便不是无缘无故出现的，而是需要各种因缘和合才能成办，所以发心人员们也非常辛苦。但不管怎样，即使是粉身碎骨，只要对众生有利，我们也心甘情愿。

今天是星期天，大家本来应该在家休息的，但还是利用这个时间来听受佛法，对此我非常随喜。其实，我平时也比较忙，而且最近这边天气比较冷，但为了和大家一起交流佛法，辛苦一点也没事。在修学佛法的过程中，面对寒冷和饥饿，劳累和疲倦，我们应当毫无怯懦地安忍，直到剩下最后一口气。只要自己以顽强的毅力修行，一定会现前殊胜的境界。你们在忙碌的生活和工作下，还能对佛法保持渴求之心，的确让我非常感动。

行持善法要以三殊胜摄持

大乘佛法的修持方法，最关键的是要靠菩提心来摄持。无论是磕头、转转经轮，还是放生、念经，做任何一件善事时，首先都要想到：我做这件善事，并不是为了自己的利益，而是为了天下无边的众生获得解脱，这些老母有情一直沉溺在轮回中受苦，希望通

过我的这次善行，让他们全部获得佛果。这就是所谓的愿菩提心。

每一次修善法，都不能离开菩提心的摄持，这叫加行发心殊胜。无论修学任何法，心都要一直专注，中间不要产生嗔心、贪心等烦恼，这叫正行无缘殊胜。真正的无缘，是以空性的见解来摄持，作为初学者要想做到很困难，但还是应该尽量减少粗大的烦恼。最后，将善根回向给一切众生成佛，这叫结行回向殊胜。

比如，当你念《普贤行愿品》的时候，要想：我念这部经典是为了利益一切众生。哪怕只有几秒，也不要忘记这样的发心，这是第一个殊胜；然后，在念的过程中，尽量不要跟别人吵架，也不要生起嗔心、贪心等，而是一心一意地专注念诵，这是第二个殊胜；最后，将今天念诵的善根回向给一切众生，愿他们都能获得佛果，这是第三个殊胜。

我们回向的时候，千万不要想只回向给自己的亲朋好友或者自己的身体健康等。虽然这样想也没什么不可以的，但是对于真正的大乘修行人来讲，一定要把善根全部回向给天下无边的众生，要以这种利他菩提心来摄持。

总之，行持任何善法，最初应以菩提心来摄持，中间尽量专心致志地修持，最后缘无上菩提而作回向，这就是三殊胜。

听课的时候，课前要先发菩提心，想到：我听课是为了所有众生从轮回中获得解脱，获得佛法的利益。然后，在闻法期间，专心思维法义，心不要散乱，不要以贪心、嗔心以及打瞌睡等痴心来扰乱这种善根。

我们通过网络来交流佛法，肯定会种下善根的，为什么呢？因为我们是缘着佛法僧三宝而行善，只要心专注于三宝之事，一定可以积累很多功德，这一点

不会有任何欺惑。

最后，将闻法所得到的善根回向给一切众生获得佛果。这样一来，在短短一个小时内所做的善根，就成了大乘的善法。

如果我们最初没有发菩提心，而是处于无记的状态来听课，中间也是迷迷糊糊的，最后回向时也没有什么感觉，这样能有多大的善根也不好说。表面上看，大家都在听课，然而做到三殊胜的人，才称得上是大乘修行人，没有做到三殊胜的人，就不是大乘修行人。

今天所讲的修行内容，叫做“三殊胜”。在相关大乘经论中都有详细阐述，我在这里就不广说了。

希望大家在以后的日常生活中，做任何一件善事，都能以三殊胜来摄持。哪怕只是念一句观音心咒、放一条生命，都要让它变成大乘的善法功德。要

知道，大乘功德与小乘功德之间，确实是天差地别。

多多忆念法王如意宝

再过一个月，是大恩上师法王如意宝圆寂三周年的纪念日。按照公历是1月3日，藏历是十一月十五。三年前的这一天，三界怙主大恩根本上师法王如意宝晋美彭措，在执著常有的世间众生面前，示现圆寂。届时，我们学院会象征性地举办一次法会。

你们如果方便的话，最好在当地放一点生，或者供一些灯，好好地祈祷法王如意宝。作为大乘佛教徒，应该知道忆念上师的功德非常大。《大圆满前行》中也引用续部教证说：“何人俱胝劫，修十万本尊，不如一刹那，忆念上师胜。”因此，大家要多多忆念上师如意宝。

法王如意宝在世时，非常重视放生，因为生命对

谁来说都是最宝贵的。因此我想，学院四众弟子若能在法王圆寂纪念日当天，专门在各地放生一些鸟类或者其他众生，应该是对上师最好的供养。

有些人很想来学院参加法会，但这里本来就缺氧，现在天气又非常冷，来了之后可能会有高原反应，所以没有必要非来这里。另外，法会具体怎么安排也还没有确定。你们在家里好好地忆念法王、祈祷法王，这样也是可以的。

一会儿念完传承以后，我们做一个简单的答疑，大家有什么问题可以提出来。其实，解除疑惑关键要靠自己。如果平时没有好好听课，没有好好学习，可能会满腹疑惑；如果平时好好听课，好好学习佛法，相续中的疑惑就会逐渐消除。因此，大家一定要精进修行，这一点非常重要。

我们的暇满人身确实非常难得，尤其在大城市里，你们可以看到周围的人，他们不但不信佛教，反

而还会诽谤三宝。在这种环境下，各位能坚持学习佛法，真的非常难得、极其稀有。而且你们对三宝的信心，不但不退，反而越来越增上，这真是一件值得高兴的事情。

希望大家好好学习佛法，平时的一些疑惑，尽量通过各种途径来解除。我感觉随着这些年大乘佛教基础知识的推广，很多地方人们的佛教知识水平已经有所提高。虽然我在喇荣山沟已经讲经说法二十年了，但从今年开始才通过网络方式来和大家交流佛法。所以，学习《入行论》以后，你们的行为能够有所进步，这是我最高兴的事情。

我在这里再次提出希望，你们一定要长期地学习佛法。世间的事情总是没完没了，大家一定要为自己的来世做好准备，否则临终之时会后悔莫及的。遇到了这么殊胜的佛法，如果一点都不修持，真的非常可惜。

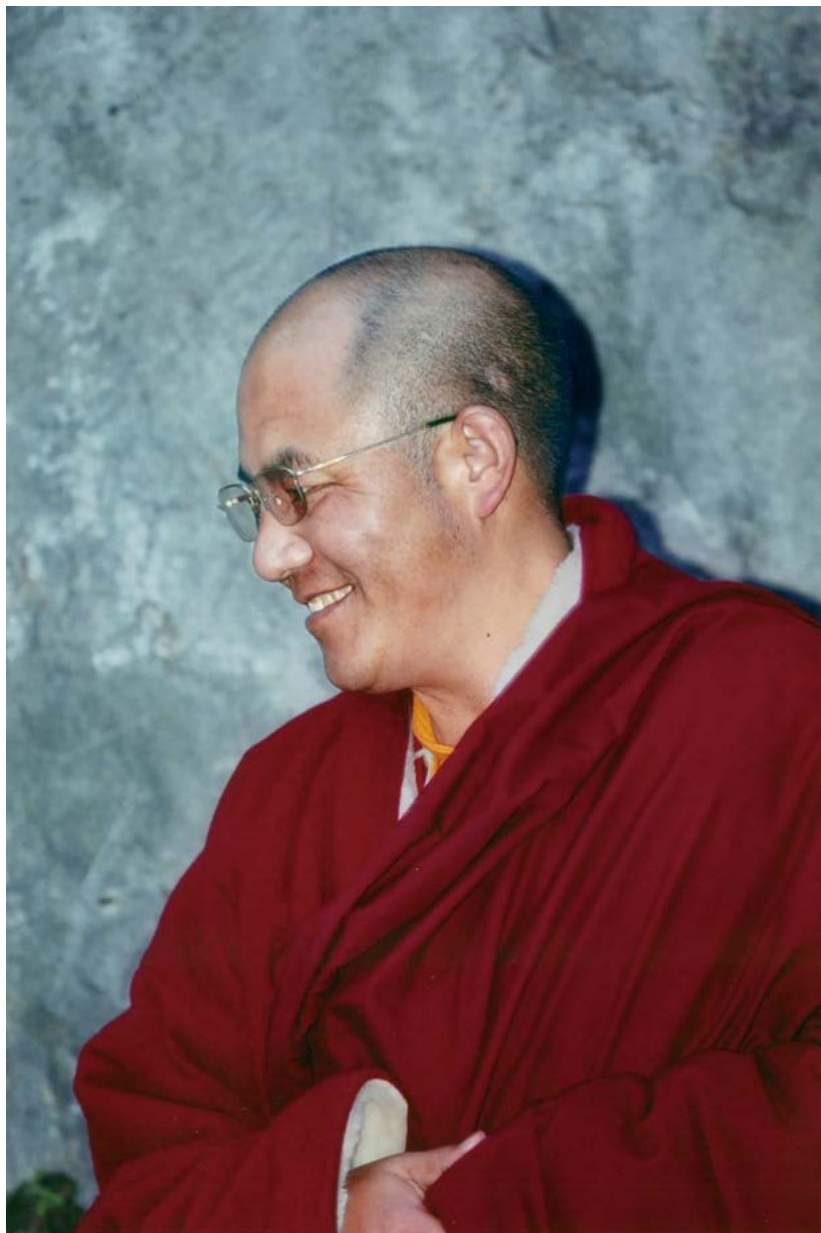
念诵《普贤行愿品》等传承

除了念诵《普贤行愿品》的传承以外，我还要给大家念一下法王如意宝 1990 年在印度金刚座造的一个发愿文——《愿海精髓》，它的副标题是“普贤刹之杲日”。法王如意宝当时说：“如果你们平时很忙，没有时间念《普贤行愿品》，最好念《愿海精髓》来回向。”

1990 年的时候，各方面还不太开放，我们是最早一批去印度朝拜的。在菩提伽耶，法王代表他过去及未来的所有传承弟子，发了这样一个愿。此发愿文是从法王的自然智慧当中流露出来的，如果能够经常念诵，功德是相当大的。

（堪布念传承）

前段时间，有位道友想求古萨里修法的传承，今天晚上这位道友在不在也不好说，如果在，请谛听。我给大家念诵古萨里修法传承……



现场互动

◎ 问：念经诵咒的时候，有些道友经常会冒出一些对佛菩萨不敬的念头，所以特别害怕自己会堕入地狱。请问怎样才能消除这种恐惧心理以及不恭敬的念头？

堪布：遇到这种情况，可以多念金刚萨埵心咒。

不过我们也要知道，由于众生前世积累的福报不够，今生才会产生一些不如法的邪知邪见，这完全是自己的业力现前，是自己在虚妄执著。知道这种恶念的来源之后，就要在佛菩萨面前好好祈祷，好好忏悔，同时也要多看佛菩萨的传记，了知他们浩瀚如海的智慧和悲心。然后，再反观自己有没有这方面的功德，如果没有的话，我们凭什么对佛菩萨产生不清净

的念头呢？

总之，一方面要努力地忏悔，另一方面还要观察自己的心态，同时多忆念诸佛菩萨的功德。如此一来，各种恶念就会逐渐消失。

◎ 问：怎样理解法身、报身、化身？

堪布：化身是佛陀在清净和不清净众生面前显现的色身；报身是只在一地以上菩萨面前显现的具有五种决定的受用圆满身；法身则是远离一切戏论的清净实相，是诸佛自证的境界。

关于三身的道理，在《大圆满前行》中时有提及，而广泛讲解是在《现观庄严论·法身品》。我很想明年讲这部论，相信大家听了之后会对三身有比较圆满的了解。《大圆满心性休息大车疏》里也宣讲了三身的功德，方便的时候你们可以看一下。

◎ 问：隔阴之迷怎么理解？这一生的愿力，下一世会不会因为入胎而忘掉？

堪布：一般来讲，众生入胎之后，会有比较严重的胎障习气，这个习气会遮蔽我们前世所学的知识，包括学到的佛法等，都会因此而忘失。但是，从有些高僧大德的传记中可以看到，他们前世相续中了解的经论意义，今生不但没有忘失，反而会越来越有智慧。

总之，不管是否忘记前世的发展，实际上众生的心相续中的善法功德，最终都会以越来越增上的方式存在。

◎ 问：《入行论》第三品中讲，如果舍弃藏传佛教的大乘密法，转而学习学汉传佛教或南传佛教的法门，实际上舍弃一法就等于舍弃一切法，对此应该如何理解？

堪布：实际上，在本师释迦牟尼佛所讲的法要当中，密法是最精要、最深奥的一部分，可以说代表了整个佛法。如果以嗔恨心舍弃了密法，那不管修什么法，都不会获得成功。《阿弥陀经》《极乐世界功德庄严经》（《无量寿经》）中明确说到，一旦造下舍法罪，不可能往生极乐世界。

因此，不管是密法，还是其他宗派的正法，如果从内心当中舍弃，今生想要往生极乐世界会非常困难。

◎ **问：**行菩提心和菩萨戒之间的关系是怎样的？

堪布：发了愿菩提心过后，在实际行动中行持六度万行，这叫做行菩提心。而菩萨戒，是指发了愿行菩提心以后，通过仪轨在相续中获得的大乘菩萨戒的戒体。

菩萨戒分为愿菩提心的戒和行菩提心的戒，二者有所不同，但也有相同的地方。有愿菩提心不一定有行菩提心，而有行菩提心则一定有愿菩提心。

◎ 问：什么才叫依止上师？一定要天天见上师吗？

堪布：真正的依止上师，就是自相续中得到了佛法的利益。如果不懂佛法的话，依止多少个上师也没什么用。

我认为，见不见上师并不是特别关键，最关键的是将上师所传的法融入自相续，然后在实际行动当中去行持。如果你真正得到了佛法的利益，那么见上师也可以，不见上师也可以，都有依止上师的功德。

许多高僧大德的传记中也有记载，他们虽然没有见过某位上师，但是依靠上师的教言，最终获得了究竟的证悟。所以，最重要的是依靠上师通达佛法的

意义。

⊙ 问：作为佛教徒，应该以怎样的心态对待外道徒？

堪布：外道徒也是众生，我们应该以慈悲心来对待。但是要知道，他们的宗教与佛教有着本质上的差别，所以见解上不能与他们混为一谈。

我们应先将自己的见解稳固下来，然后行为上以慈悲心来对待他们。

⊙ 问：作为初学者，若遇到持邪见者，应该先稳固见解，还是先帮助他们？

堪布：按照大乘经典的观点，一定要先稳固自己的见解，否则自己很可能会随外境而转，最终堕入无法自救的深渊当中。

所谓的见解稳固，并不意味着要获得很高的境界

或者成就。假设身处复杂的人群或外道团体中，也无法动摇你对三宝的信心，达到这样的境界，我认为就可以去尝试度化众生了。

⊙ 问：《入行论》第二品有一道思考题：如果梦里佛陀显现让你做破戒的事，你会怎样处理？我心里肯定不想做破戒的事，但又不知道怎么控制自己的梦，该怎么办呢？

堪布：一般来讲，以假设句提出来的问题，是为了让大家打开思路，从多方面思维佛法的真理。

对一般的修行人来讲，要想控制自己的梦境非常困难。不过对梦不能控制，并不代表修行是失败的。

修学佛法的时候，我们要尽量想办法把自己的梦转成善梦，这一点在《入行论》的后面内容会讲到。比如，晚上睡觉的时候，尽量以狮子卧式入睡，这样做可以使我们的相续转向正法，睡梦中不产生恶念，

除此之外，还可以作光明想等。如果能以这些方式来摄持入睡，依靠法性力和佛菩萨的加持力，应该可以逐渐控制自己的梦境。

◎ 问：受了菩萨戒的在家居士，怎么样取舍细微的因果？

堪布：首先，要了知佛陀在有关经典中规定的菩萨戒戒条。如果不了知菩萨戒的根本学处、细微的支分学处，在日常生活中根本没办法取舍。

不管是学显宗还是学密宗，即使自己的证悟、见解非常高深，也不能错乱取舍因果，在缘起规律上，“善有善报，恶有恶报”的因果法则永远不会改变。莲花生大士也说：“纵然见解比虚空还高，取舍因果也要比粉末还细。”当然，具体怎样取舍因果，关键还是看修行人自己。

总之，大家先要了解自己所守持的戒律，对佛陀

所制的戒律具有无比的恭敬心，然后在此基础上，尽量护持一切学处。行为有所违越时，应当励力忏悔。

◎ 问：如何判断相续中的菩提心是真实的还是相似的？

堪布：这个界限比较好分。菩提心有世俗和胜义两个层次。胜义菩提心远离一切戏论，是凡夫人难以测度的。而世俗菩提心相对容易生起，也就是做任何事情都要想：“我要度化一切众生，让沉溺在轮回大海中的老母有情获得佛果，为此我要精进努力。”如果这样的决心在相续中生起来，而且没有造作，时刻不忘，这说明我们相续中已经生起真实的菩提心。如果只是偶尔想要度化众生，大多数时间都是自私自利，这叫相似的菩提心。

比如，一个员工不愿意在某公司干了，时时刻刻都想要离开，这种非常坚定的决心，类似于出离心；

如果他在工作的过程中，经常想着要利益众生，除此以外别无他想，这就类似菩提心。因此，我们到底有没有生起菩提心，可以通过这个标准来衡量。

⊙ 问：既然一切众生本来是佛，又怎么会有众生呢？

堪布：从实相而言，一切众生本来是佛，这在《楞伽经》《宝性论》中均有明确宣说。但从现相来讲，众生在没有了悟心性之前，被无明迷乱所障，跟佛陀之间有天壤之别。

如同王子变成乞丐，因为别人不认识他，而流落他国受苦，后来乞丐又登上王位，实际上当年的乞丐就是原来的王子，后来的国王就是曾经的乞丐。同样，众生在实相上与佛无二无别，但就现相而言，众生被迷乱实执所缚，故而沉溺于轮回中受苦。

实际上，众生在轮回中就像做梦一样。当你做梦

时，会觉得一切都非常真实，但是当你醒来时，整个做梦的迷乱过程和现象都是不存在的。

关于这个问题，大家可以多看一下《入中论》《宝性论》《圆觉经》等。

⊙ 问：《入行论》中讲到，佛不能拔着众生的头发让他觉悟，因为佛也不能超越客观规律。这里的客观规律是指什么？

堪布：在世间当中，如果一个人犯了罪，一定会受到法律的制裁，旁人无法轻易消除他的罪业。同样，众生前世所造的异熟业在即生必定成熟之时，即使佛陀的威力再大也没有办法，这就是客观规律。

这一点不是我说的，是弥勒菩萨在《现观庄严论》里面讲的。

⊙ 问：什么是自相续？

堪布：所谓自相续，就是我们心里的起心动念。

◎ 问：阿耨多罗三藐三菩提跟菩提心一样吗？

堪布：不一样。菩提心是我们所发的大乘心，而阿耨多罗三藐三菩提是“无上正等正觉”的梵文，也就是佛的意思。

◎ 问：平时什么都不修，死时将希望全部寄托在上师身上，是否可以获得往生？

堪布：如果上师是非常了不起的大成就者，通过他的殊胜加持，再加上自己的前世因缘，可能会产生一些奇迹。但一般来讲，最保险的方法，就是自己没有死之前，该修的法一定要修。尤其是临终时想解脱的话，必须修往生极乐世界的捷径法。如果相续中具有正知正见，对极乐世界有不退转的信心，依靠这种捷径法门，必定可以往生极乐世界，这是佛陀的无欺之语。

将一切希望寄托在上师身上，虽然也有一定的好处，但佛陀常说：“我为汝说解脱之方便，当知解脱依赖于自己。”大家最好还是按照佛陀或上师的教言，自己踏踏实实地修行。

◎ 问：怎样在最短的时间内，将上师的智慧融入自己的相续？

堪布：按照高僧大德的传记中所讲，要对上师具有无比的信心，将上师视为佛陀来对待。噶当派的金厄瓦格西说：“心脏是身体的核心，除去心脏的话，身体就成了一个血淋淋的肉团。同样，上师瑜伽是所有修法的核心，没有了上师瑜伽，一切修法都无法成功。”《华严经》中也说：“十方法界中，所有诸佛法，汝事善知识，一切皆能入。”

有些人认为，这只是密宗的说法，显宗中不存在这些内容。对此我并不认可，其实只要了解《华严

经》中要求对善知识是什么样的心态、什么样的行为，就会明白视师如佛并非密宗的一家之言，而是大乘了义经典中再再强调的。因此，将上师智慧融入自相续的最快方法，就是修持上师瑜伽。

大家要经常祈祷上师三宝。祈祷的时候，最好在自己面前放一尊佛像，或者是上师的像，然后将诸佛菩萨与自己传承及根本上师的本体观为无二无别，恭恭敬敬地合掌祈祷。如此一来，上师的智慧会逐渐融入你的相续。

◎ 问：《佛子行》中讲到的抛弃恶友与发菩提心是否矛盾？

堪布：《佛子行》所讲的抛弃恶友，是指行为上的远离，并非心里舍弃慈悲心。

作为初学者，如果经常跟恶友同流合污，对自己的见解和行为都有一定的影响。因此，最好不要跟恶

友交往，否则逐渐受到他的影响，你也可能会变坏。

许多噶当派的大德以及我们宁玛派的智悲光尊者和无垢光尊者，都曾经说过：“对于这些恶友，千万不能舍弃菩提心，但行为上尽量不要交往，自己没有达到一定境界之前，与之交往的话，很可能令自己的见修退失。”

⊙ 问：如果对行善不积极，是不是违犯了菩萨戒？

堪布：在守持菩提心的过程中，行持一切善法，叫做摄持善法戒；远离身口意的种种恶行，叫做禁止恶行戒。

实际上，我们行持六度万行的时候，就是在行持善法，同时自然而然会远离一切恶行。当然，有时候我们可能处于一种浑浑噩噩的状态中，虽然没有造恶业，但是也没有行善法，这样算不算破菩萨戒呢？并

不算，因为你只不过是没行持善法而已。

而且菩萨戒不同于别解脱戒，如果违犯了菩萨戒，还可以重新受。《三戒论》中讲过失坏菩萨戒后如何恢复的方法。所以，如果我们平时有所违犯的话，应该马上进行忏悔，然后重新受持菩萨戒。

◎ 问：初学者依止的上师是越少越好，还是越多越好？

堪布：以前，博朵瓦问他的上师：“像仲敦巴尊者那样依止的上师少好，还是像阿底峡尊者那样依止的上师多好？”上师就告诉他：“如果自己清净观修得好，则像阿底峡尊者那样上师越多越好；如果自己信心不足，对这种人来说上师越少越好。”

法王如意宝也曾讲过：“依止上师时，如果清净心观得很好，就像阿底峡尊者那样，依止的上师越多越好；如果邪见、偏见和成见比较严重，最好不要依

止很多上师，否则最后看这个上师有过失，看那个上师也有过失，不一定有好的结果。”

因此，关键在于清净心观得好不好，自己的信心大不大。如果你具有清净观，信心也很大，那依止的上师越多越好；如果不具有清净观，信心也不大，则依止的上师越少越好。

⊙ 问：打坐时总是昏沉，这是什么原因？

堪布：可能因为你平时喜欢睡懒觉，然后早上又起得太早了。

⊙ 问：我刚皈依不久，什么都不懂，但对观音菩萨很有信心，现在正在学习《入行论》，请问我还应该修什么法、看什么书？

堪布：刚刚皈依佛门就学习《入行论》，是非常殊胜的因缘。刚学佛什么都不懂很正常，只要自己精

进努力，慢慢会懂得佛法的道理。

至于修法方面，既然你对观世音菩萨很有信心，那就经常念观音心咒“嗡玛呢巴美吽”，行住坐卧都不忘祈祷观世音菩萨。

除了《入行论》以外，还可以学习《大圆满前行》。

⊙ 问：利益众生和成佛，哪个更重要？

堪布：华智仁波切在《〈现观庄严论〉总义——修行次第略说》中讲过：“大乘道的主要追求目标，就是将普天下的所有众生安置于圆满正等觉的无上果位的佛陀之事业。”也就是说，成佛实际上就是为了利益众生，而不是为了自己过得快快乐乐。

现在很多大学生认为，读书是为了将来找一份高薪的工作，而我们学佛的目的，就是想要获得成就，帮助天下无边的众生。所以，究竟来讲，利益众生是

最重要的；但暂时来讲，当我们遇到一些破戒者，或者其他不如法的众生时，依靠诸多经典续部中所说，行为上要远离他们，但心里不能舍弃菩提心。

◎ 问：因明中有讲，所有的分别念全都是错乱性的，请问这是从分别识的角度来说的吗？

堪布：对的。按照因明的观点，分别识并没有直接照见对境的自相，与现量识比较而言，可以说是错乱的。

◎ 问：请您宣讲一下法王如意宝和门措上师的功德。有没有门措上师的传记？

堪布：关于法王如意宝的功德，大家可以看一下他老人家的传记，里面讲得比较详细。

学院刚开始建立时，女众出家人很少，于是法王如意宝就让门措上师出家，以此缘起，现在学院的女

众出家人非常多，而且她老人家从小修学善法，自身功德相当大。

去年，有位台湾法师把门措上师的传记，从藏文翻译成了汉文，所以现在应该有汉文传记。

⊙ 问：您能不能写一个您自己的传记？

堪布：如果写我的传记，只有两个内容：一个是放牦牛的故事，一个是在学校里打架的故事，可能很难让大家生起信心。

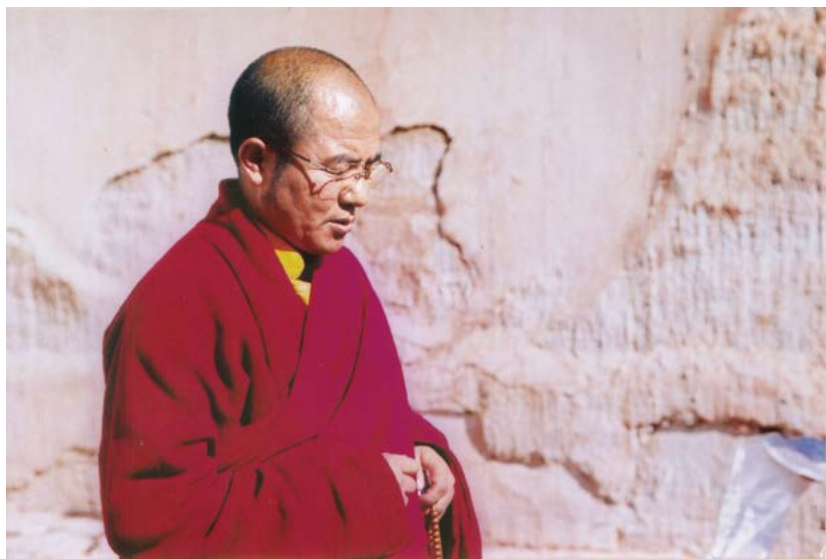
⊙ 问：既然众生本具佛性，为什么会不认识呢？

堪布：众生之所以不能照见自己的佛性，是因为有暂时的客尘障碍。

⊙ 问：这种真实的佛性，是因缘而生还是原来

就有呢？

堪布：从实相上讲，佛性不是因缘而生，而是原本就有的；从现相上讲，是观待因缘才可以显现的。



一切加持的源泉

2006年12月17日

今天，我们简单讲一下上师瑜伽的内容。

上师瑜伽的重要性

所谓上师瑜伽，就是与上师相应的修法。无论学显宗还是学密宗，都应该明白上师瑜伽的重要性。《般若摄颂》中说：“佛法皆依善知识，功德胜主佛所说。”世间的知识，很多依靠老师的恩德获得；而出世间的一切智慧、证悟，全部依靠上师的加持获得。因此，依止上师是修学过程中非常重要的一个环节。

每一个教派当中，都有自己的上师瑜伽仪轨。我

这次传的是法王如意宝的《上师瑜伽速赐加持》，大家都可以修。一方面，今天大多数道友跟学院和法王如意宝有一定的因缘；另一方面，即使你们以前没有见过法王如意宝，也不是学宁玛派的，但在经续论典中都有提到，所有具德上师在智慧法界中是一味一体的。因此，大家不必为了“我的上师”“你的上师”而争论不休。

当然，不同上师对自己的法恩不同，所以自己也会有不同的信心。比如，给自己皈依、灌顶、传窍诀的上师，是一生中最难忘的人。智悲光尊者曾说：“我也是因为拜读了第二大佛无垢光尊者的论著后，相续中认为他老人家就是真佛的想法油然而生，一心一意地虔诚祈祷，承蒙尊者的智慧身摄受，从而自相续中生起了自然本智，从此以后我才开始引导数以百计的求法者。”很多道友也是一样，对不同法恩的上师，会有不同的信心，但同时也应该清楚，真正具有法相的上师，在智慧法界中是一味一体的。

根据信心的不同，修上师瑜伽时的观想也不同。

如果你深信上师与佛没有差别，可以直接观想上师的形象；如果你认为上师与佛还有一定的差别，可以把上师观想为释迦牟尼佛、莲花生大士或者文殊菩萨等的形象。

如果只是学一些世间知识，不一定要修上师瑜伽。但如果想要在自相续中生起出世间智慧和证悟境界，则务必要依止上师，而依止上师就一定要修上师瑜伽。因此，希望大家在每次修法之前，最好先修一遍上师瑜伽。

（堪布念传承）

上师瑜伽的具体修法

修持的时候，可以念藏文，也可以念汉文。

首先念皈依偈和发心偈，之后观想万法是本来清

净的大空性，在此境界中，自相不灭地显现出莲花和月轮。在本来清静的大空性中，显现五光萦绕的根本上师。莲花和月轮之上观想红黄色的“德”字，“德”字变成宝剑——文殊菩萨的标志。宝剑渐化为黄文殊，黄文殊变成上师，上师的形象是法王如意宝，本体与文殊菩萨无二无别，在五光萦绕的净现中显现。身上具足班智达的一切服饰，以说法手印持着代表智慧的宝剑、经函，以及代表方便的莲花，双足金刚跏趺坐，身体发出无量光芒。

在这样非常清静、明然的状态中，如是观想上师安住于前方的虚空中。

观想：

阿

括第秋根嘎达热波昂

轮涅诸法本净觉性中

让当玛嘎耶西哦诶隆

自性不灭智慧五光界

哦沃华丹蒋波多杰拉
南巴嘉吉耶印诺沃涅
嘎萨贼怎班智达耶齐
秋恰香吉绕哲拉万南
雅尼杰仲哦瑞么美绰
让囊达波坚德兰美萨

本体具德文殊金刚尊
形相唯一怙主如意宝
白明美颜班智达之饰
说法手印持执剑经函
双足趺跏放射无边光
明然观想自现净庄严



然后，对上师生起无比信心，心想：我从现在乃至获得佛果之间，暂时增上生和究竟决定胜的安乐全部依靠您，请上师赐予我加持，请上师赐予我灌顶，请上师赐予我一切教言！

祈祷：

内钦热沃贼诶样堪色	自大圣境五台山
蒋华特杰辛拉耶拉门	文殊加持融入心
晋美彭措雅拉索瓦得	祈祷晋美彭措尊
贡觉多巴破瓦辛吉洛	意传加持得证悟

此四句殊胜的祈祷文是 1987 年法王如意宝在五台山取出意伏藏《文殊静修大圆满·手中赐佛》后，有两位弟子祈请法王为这个极为殊胜的伏藏所造的传承上师祈请文中的四句。

此文念多长时间都可以，至少是三遍以上，或者七遍、二十一遍。随力念诵后，观想上师化为五光明

点，从自己头顶融入心间，之后上师相续中的慈悲、智慧、等持、总持等所有功德，以及一切灌顶、教授，自己全部无余获得，自己的分别念与上师的智慧变成无二无别。在这样的境界中稍许安住。

塔呢喇嘛哦诃特类杰	末观师成五光之明点
让格协沃内耶酿卫腾	由自头顶融入于心间
嘉根耶西吉第喇嘛当	获得诸佛智慧之总集
嘎瓦年波辛拉托巴三	上师同等缘分之加持

从中起定时，一切现有观为上师本体，平时行住坐卧如是行持。比如，听到的一切声音是上师的金刚语，看到的一切相是上师的身相，所有的分别念是上师的智慧。

略而言之，前面皈依、发心；然后一边念诵，一边观想上师如意宝安住在前方虚空中；上师一直非常慈祥地注视着自己，自己在上师面前合掌念诵祈祷文；祈祷完之后，观想上师化光融入自身，自己的心

与上师的智慧变成无二无别，在这种境界中安住；起定之后，观想显现的一切都是上师身口意的幻变。

上师的加持不可估量

很多人工作特别忙没时间修行，而修这个上师瑜伽，可以说非常方便。事实上，听到这个法的道友，都会直接或间接得到法王如意宝的加持。要知道，如果 1987 年法王如意宝没有发心摄受汉族四众弟子，恐怕很多人不一定有这种学佛的机会。而且从法王如意宝的事业来看，老人家一直提倡各教派互不相违。因此，不管你皈依哪位上师，学习哪个教派，都可以修这个仪轨。

如果经常修上师瑜伽，修行过程中则不会出现障碍。无垢光尊者在《大圆满心性休息》中有讲，修生起次第和圆满次第，需要其他遣除障碍的窍诀和方便方法，而修上师瑜伽不需要任何除障法。另外，修上

师瑜伽的功德也非常大。《誓言庄严续》中说：“十万劫中勤观修，具相随好之本尊，不如刹那念师胜，念咒修法千万遍，不如祈师一遍胜。”意思是说，在十万劫中观修本尊，不如一刹那忆念上师的功德大，念诵咒语千百万遍，不如对上师祈祷一遍功德大。《大圆满前行》中也引用过这个教证。

除此之外，有些显宗经典中也讲到上师是佛，上师所赐予的功德，任何一个修法也无法相比。比如，《华严经》中说：“善知识者即是如来，善知识者一切法云，善知识者诸功德藏……”

我们每个人都想成为真正的佛教徒，但是在修学过程中，经常会出现一些违缘，导致许多事情不能如愿以偿，而想要遣除违缘，最主要的就是祈祷上师。作为佛教徒，不要认为了知佛教的教义就可以了，应该要生起不共的证悟境界。如果把佛法当成世间学问去研究，这样没有多大的意义。

时刻鞭策自己闻思修

网上的道友虽然与我之间有一定的距离，但现在大家也可以互相沟通，交流佛法。其实，住在学院的道友，除了上课以外，平时也很难见到我，因为我的事情比较多。

作为在家人，你们有很多工作、家庭方面的事情，但为了听闻佛法，也花了一定的时间。我刚才听工作人员说，有些道友七八个小时前就在网上等着，这种精神非常可嘉。但事实上，与住在学院的道友相比，你们的生活条件已经非常不错了。今天整个学院都没有电，漆黑一片，而且气温零下二三十度，路上到处是冰雪，很多道友提水时经常摔倒。如果你们在这样冰天雪地的环境中修行，自己提水、生火、做饭……恐怕不一定受得了。

生活条件好，散乱的因也会很多，你们应该给自

己一些压力，否则修行很难有所进步。而在这个山谷里，散乱的因并太多，为了求法，为了修行，很多道友非常精进，早上大约 5 点就起床背书，晚上一般 12 点之前不会睡觉，尤其最近要考试了，每天熬夜看书的人很多。我相信，看到他们的苦行，你们一方面会觉得很感动，一方面也会觉得很惭愧。

其实，大家今年比往年进步多了，学习《入行论》等论典也比较积极，非常随喜你们的功德。作为佛教徒，我们不能迷信，应该花一定的时间来修行，进而生起坚定不移的信心。

虽然你们住在城市里，但我们也尽量提供了各种学习佛法的方便，希望大家能够珍惜。如果错过了这次，可能就错过了多世累劫当中唯一的机会。因为从你们的家庭、工作、道心等来看，完全舍弃红尘到寂静处去修行，因缘不一定能成熟；如果没有这样的因缘，即便一些上师给你们传授灌顶，这一方面是种加

持，也非常好，但要想真正改变自相续，一定要通过系统性的闻思修，才有可能趋入真正的解脱道。

对佛教徒的三点寄语

为了大家更好地学习，今天在宣讲上师瑜伽修法的同时，我想提出几点希望：

第一，一定要抓住学习的机会。

我会排除一切困难，尽力为大家传讲《入行论》等经论，希望你们能够认真地学习。

对我个人来讲，你们学也可以，不学也可以，但对你们来讲，学习这些经论有很大的利益。

第二，佛教徒内部一定要团结。

不管是学汉传还是藏传，学显宗还是密宗，佛教徒内部一定要互相观清净心，不要互相抵触。

现在外面有那么多不信佛教、反对佛教、杀害众生的人，还有无数外道想逐渐攻占我们佛教界，如果你真正有本事，应该用你的智慧和威德力去调伏他们，而不是诽谤其他教派的上师。一方面，我们佛教徒内部一定要团结；另一方面，对于一些不如法的现象，我们应该勇于提出来。比如，现在有些人根本不具足上师的法相，却冒充上师欺骗他人，已经混入到上师的行列；还有些法并不是真正的佛法，这些方面大家一定要注意。除此之外，对于具有法相的上师、真正的佛法，我们要生起信心而接受。

佛教徒之间要和睦相处，不要互相闹矛盾、互相抵触。尤其是金刚道友之间，一定要懂得互相理解。

第三，注重次第性的学习。

什么叫次第性的学习呢？首先，应该学习《入菩萨行论》《大圆满前行》《菩提道次第广论》这样的基础法门，先要打好基础，不要觉得自己一下子可以

证悟很高的境界。

现在有些人特别喜欢讲神通、讲境界，把一些神神叨叨的事情当作佛法，这是非常危险的！真正的佛教徒，不会整天讲这些，也不会重视这些。真正的善知识，也不会整天宣扬自己是谁的转世，或者和别人说听了他的法马上就可以开天眼。

有些佛教徒天天高谈阔论，这样不太好，应该越修越精进、越调柔。因此，大家一定要有次第、有条理地学习，不要妄想一步登天，否则修行不会有进步的。

希望大家依靠上师的加持，早日认识自己心的本性。就我个人来讲，虽然没有什么证悟境界，但对传承上师有着无比的信心和恭敬心，这一点在任何人面前我都敢保证。近二十年来，虽然自己作为一个凡夫人，有时候会让上师不高兴，但是当天都会立即忏悔。随着时间的流逝，我对上师的信心也是越来越强

烈，永远也不会忘记传承上师的恩德。

依靠上师的加持，认识心的本性并不是特别困难。但如果只是理论上说得天花乱坠，这样不一定能认识心性。因此，大家最好观一观自心的本体，不管用禅宗的方法，还是用中观、密宗的方法，都是可以的。在轮回中漂泊的可怜众生，一旦认识了自心的本来面目，就不会再继续苦恼了。

总之，大家要好好地祈祷上师，同时还要多观一观自己的心，争取在临终之前认识心的本性，这一点非常重要。

现场互动

◎ 问：心识是如何产生的？

堪布：心识的形成，有显宗、密宗两种解释方法。

按照显宗的说法，众生的心识本来跟法界无二无别，但是可怜的众生没有认识到一切都是自心显现，所以逐渐迷惑，显现外境的各种迷乱，就像白天做梦一样。

所以，心识形成的状况，应该结合“如白天醒觉时的法界心”和“如晚上做梦时的迷乱心”来理解。

◎ 问：如何帮别人忏悔业障？

堪布：最好劝他以四种对治力念诵金刚萨埵心

咒，如果他不愿意，你可以念了之后回向给他。

⊙ 问：看到出家师父行为不如法，能不能跟师父直接说？

堪布：如果是真正不如法的行为，可以当面跟对方说。当然，有时候是自己的心不清净，本来别人行为如法，却误认为不如法，如果这样对出家人进行诽谤，也会有一定的过失。

不管是上师还是普通出家人，任何一个人，如果他的行为不如法，与如来圣教相违，都是可以制止的，即使对方不接受，自己也没有过失。宗喀巴大师在《事师五十颂释》中说：“假设上师吩咐非理非法之事，弟子用婉转的语言说清楚缘由，则不必去做，即使上师不高兴，弟子也没有过失。”

为了佛法的利益，为了众生的善根不被毁坏，如理如法地制止恶行没有过失。所谓在家人不要说出家

人的过失，是因为有些在家人爱生邪见，总是看不惯出家人，经常说三道四，这种行为是不合理的。

⊙ 问：在中观里面，有时讲到没有任何承认，有时又讲随世人如何承认，中观也这样承认，请问如何理解？

堪布：从胜义谛而言，中观宗没有任何承认；从世俗谛而言，中观宗随顺众生承认名言显现，同时安立因果、五道十地等。

⊙ 问：很多大德来我们这儿传法、灌顶，我们也都去参加，认为得法越多越好，请问是这样吗？另外，我们还梦见法王如意宝让我们依止您。

堪布：今天不讲梦境。修行人经常讲梦不太好，因为现在很多人以做梦、神通来宣扬自己，欺惑别人。

不管梦境是真的还是假的，都不是很重要；今天得一个法，明天得一个法，实际上也不一定很重要，最重要的是系统地学习。

⊙ 问：如何才能以六度来度化众生？

堪布：只要我们具足菩提心，随时随地都可以帮助众生、利益众生。

不管是人还是非人，我们每天都有机会去利益他们。因此，一定要发起菩提心、利他心，这样想要以六度的方式来度化众生就不难了。

⊙ 问：法王如意宝曾说：“你们若念诵阿弥陀佛名号一百万遍，命终之后立即会往生到极乐世界。我以佛菩萨作证来担保，对此你们无需怀疑、犹豫。”授记也中说，凡是与法王结缘者都能往生极乐世界。请问怎样才算是与法王结缘？

堪布：不仅仅是法王的弟子，凡是对往生极乐世界有信心、对大乘佛法有信心的人，只要即生当中努力积累资粮，具足往生四因——明观福田、积资净障、发菩提心、发清净愿，都可以往生极乐世界。

所谓与法王结缘，不是仅限于见到他的色身，也包括参与他的事业。比如，直接或间接得受过法王的教言，发愿念诵 100 万遍藏文阿弥陀佛名号，以及参加法王创办的极乐法会，完成法王规定的念诵任务，我认为这都是与法王结缘。

凡是与法王结缘者都能往生极乐世界，这一点早在两百多年前，藏地大成就者菩提金刚就曾授记：“单坚阿拉木天喇荣沟，邬金莲师化身名晋美，彼于菩萨四众眷属中，广弘显密教法如明日，利生事业顶天立地也，清净所化眷属遍十方，凡结缘者皆生极乐刹。”其中明确指出，凡与莲花生大士的化身晋美彭措法王结缘的众生，必定可以往生极乐世界。

因此，如果大家真的对法王有信心，一定会往生极乐世界。对于这一点，我自己是坚信不疑的，因为这个授记并不是现代人写的，而是两百多年前大成就者菩提金刚的授记。另外，法王老人家一生当中也有过这样的发愿。1987年，法王如意宝朝拜五台山时，在塔院寺装有佛舍利的白塔前，曾带领大家一起共修《普贤行愿品》300万遍。这个殊胜的善根以非常广大的发愿作了印持——凡是结缘者全部往生极乐世界，以及兴盛佛法和利益众生。

因此，大家最好发愿在有生之年念诵100万遍藏文阿弥陀佛名号。同时，不要忘记念诵40万遍金刚萨埵心咒，遣除往生极乐世界的两种障碍，即五无间罪和谤法罪。

⊙ 问：以前在上师面前发过愿，三年内修完加行，但现在跟着学《菩提道次第广论》《入行论》，这样加行就难以按时完成，请问该如何抉择？

堪布：先以学习为主，因为这样的集体学习，以后不一定有，大家应该珍惜机会，好好学习。

学习之余，如果还有时间，尽量不散乱，慢慢修加行；如果没有，学完这些论典之后，也一定要修圆满，不要失去信心。

⊙ 问：受了菩萨戒以后，感觉行菩提心四根本戒很难守，比如自赞毁他，很多时候会犯，虽然可以忏悔，但还是担心有很大过失，只守不舍弃愿菩提心可以吗？

堪布：一般来讲，最好还是守四根本戒⁴，这样菩提心就会日日夜夜增上。虽然有时比较难守，但也有补救的方法。比如，觉察到自己以自私自利的心态赞扬自己，以轻蔑的心态毁谤别人时，就要马上忏悔对治，再加上每天以仪轨自受菩萨戒，戒体会恢复的。

4 行菩提心学处：自赞毁他；以吝啬心拒绝布施；以嗔恨心不接受他人忏悔、殴打他人；舍弃、颠倒宣说大乘正法。

只守不舍弃愿菩提心这条戒，对钝根者来讲是可以的，但我们不能因为自赞毁他这一条难守而放弃，因为如果我们守这条戒，每次自赞毁他的时候，自己会觉察到并进行忏悔，这样行为就会逐渐变好。

◎ 问：八无暇中的旁生没有修法的机会，但有些公案中讲，旁生也可以往生清净刹土，请问该如何理解？

堪布：《释迦牟尼佛广传》中记载，有些旁生是有善心的，并且善根深厚，所以依靠善知识的加持等因缘也可以往生。

所谓八无暇，是指因为各方面的因缘不具足而没有修法的机会，比如旁生没法念阿弥陀佛或者观修本尊。从这个角度来讲，旁生一般没有修法的条件，但并不是完全没有解脱的机会。

◎ 问：有情造恶业，果报只会成熟于自相续，

为什么还要修自他相换呢？

堪布：一般来讲，众生自己所造的业，只会成熟在自己身上。《百业经》中说：“众生所造之业，不会成熟于外界地水火风上，也不会成熟于其他相续中，而是成熟于自己的界蕴处。”智悲光尊者在《功德藏》中也说：“高空飞翔金翅鸟，虽暂不见身影现，然与其身无离合，因缘聚合定现前。”

虽然说善恶业果自作自受，但也有特殊情况，即依靠诸佛菩萨的加持，有时显现上也可以代受众生之苦。就像世间人犯了法，必须自己承受法律的制裁，但也有特殊情况，比如找有权势的人救护。

因此，依靠菩提心或证悟法性的威力，有时确实能代受众生之苦，这从许多高僧大德的事迹中可以了知。当然，按照《百业经》的观点，大多数众生所造的业，都是自作自受。

⊙ 问：空行母是什么意思？

堪布：空行母有两种意思，一种是指莲师刹土或其他清净刹土中的空行母，一种是指诸佛菩萨幻化成空中飞禽的空行母。

⊙ 问：《入行论》中提到，将闻思者的财物供养修行者，或者将修行者的财物供养闻思者，这样也犯菩萨戒，请问为何犯戒？

堪布：《菩萨地持经》中讲到，将闻思者的饮食供养修行者，或者将修行者的饮食供养闻思者，以此因缘而使对方中断了修行，这样自己就会犯堕罪。

《毗奈耶经》中也讲到，信众供养三宝的财产不能混用，比如供养佛像的钱、供养僧众的钱、供养法本的钱，每一个都要分清。

总之，闻思者和修行者是不同供养对境的补特伽

罗，如果施主发愿供养其中一者，管理人员却自作主张，随便转供另一者，就会犯戒。

⊙ 问：如果有人乞求菩萨布施身体，菩萨布施后，会失去生命而无法利生，这样一来，乞求者是否造了严重罪业？

堪布：会不会造下严重的罪业，关键要看乞求者的发心。

比如，魔王波旬或者其他野蛮人，为了损害菩萨而乞求施身，就会造下罪业。而像《释迦牟尼佛广传》中的梵天、帝释天，为了圆满菩萨的布施度，显现各种形象乞求施身，这种情况不会成为罪业。

⊙ 问：什么是三宝所依？

堪布：三宝所依，是佛教的一种专有名词，也就是佛、法、僧三宝的所依。佛宝的所依是佛像，法宝

的所依是法本，僧宝的所依是僧衣。

⊙ 问：将有主物意幻供养上师三宝，是否有偷盗的过失？

堪布：城市里的霓虹灯、建筑等，虽然是有主物，但并非真实偷盗而是意识幻化其为供品供养三宝，这样做不仅没有过失，而且有很大功德。

意幻供养的时候，不管是有主物还是无主物，都是意识所幻化的，都可以作为供品。而且，只要自己具备供养的能力，那么诸佛菩萨肯定具有享用的能力，因此凡是世间界中有主、无主的人天受用，我们都应观想拿来作供养。

⊙ 问：关于毁坏三宝所依的罪业，《地藏经》中说会堕于无间地狱，而《入行论》中说通过修复、重造可以忏悔，也说依靠菩提心可以焚毁五无间罪等一切深重罪业。请问应如何圆融理解？

堪布：《地藏经》的观点应理解为，在没有忏悔的情况下，造下五无间罪的人，会长久堕于无间地狱，难以获得解脱。

《入行论》中提到的两种观点应理解为，依靠这两种方式如法忏悔，即使造了五无间罪，也有可能不堕恶趣，就算堕入地狱，也会很快从中解脱出来。

如果你生起了真实无伪的菩提心，肯定能像劫末火一样，直接摧毁相续中五无间罪为主的一切罪业。但是，这个人到底能不能生起真正的菩提心，有时也不好说。因此，最好再做一些其他忏悔。

◎ 问：有人和我说造恶业没关系，念百字明、金刚萨埵心咒忏悔就行了，但我想如果经常明知故犯，这样也不太好吧。

堪布：跟你的想法一致，我也觉得这样不太好。

⊙ 问：冬虫夏草可以吃吗？

堪布：这个问题不好直接下结论，因为所谓的冬虫夏草，冬天变成虫，夏天变成草。有些植物学家认为它有生命，有些认为没有生命，但到底有没有生命，我也不是特别清楚。

如果真的是虫，那我们最好不要吃；如果不是虫，只是一种植物，可能没有大的问题。

⊙ 问：主修净土法门的人，可以修上师瑜伽吗？

堪布：当然可以修。其实，阿弥陀佛也会以上师的形象来度化众生。

净土宗祖师藕益大师等在参学过程中，也依止过多位善知识，而且信心也非常大，这从他们的著作中看得出来。

◎ 问：《净土教言》中说具足信愿便可往生，而《无量寿经》的宗旨是“发菩提心，一向专念”。这两者是否矛盾？如果不矛盾，那么具足信愿的人，是否也具足了菩提心？

堪布：两者不矛盾。《净土教言》中讲往生四因时说：“主要的因素就是忆念阿弥陀佛和渴求往生极乐世界，积累善根与标志着大乘种性的发无上菩提心作为它的辅助因素。”因此，往生极乐世界需要具足菩提心。

在不同的经论中，有时强调信愿为主，有时强调念佛为主，有时强调菩提心为主，这是佛陀和高僧大德看待所化众生的根基，提出的侧重点不同而已。

实际上，真正圆满具足信愿的人，不可能怀有自私自利的心，应该有利他的菩提心；而发菩提心的人，许多也会有往生的信愿。所以，两者是相辅相成的。

◎ 问：如果一切缘起法都是自性空，那么因果规律也是自性空吗？

堪布：缘起性空，要从世俗谛和胜义谛两个角度理解。

世俗谛当中，因果缘起法是不空的。所谓缘起，就是有因有缘而产生。

胜义谛当中，因果的自体也是空的。但是，这种空并不是一种单空，而是远离四边八戏的大空性。

所谓缘起，可以从胜义和世俗两个层面分析，在龙猛菩萨的《中观根本慧论》中有详细阐述。

◎ 问：修行人要广闻博学，还是要一门深入？

堪布：这个要看根基的差别。如果相续中没有任何怀疑，可以一门深入，专修某一个法门。但在末法时代，众生的分别念层出不穷，必须通过广闻博学来

断除疑惑和邪见。

按照前辈上师们的传统，最好在年轻时广闻博学，遣除一切怀疑，在此基础上，选择最有缘的法门深入专修，这样证果会比较快，也比较稳妥。否则，刚开始就想一门深入，很多法义都不懂，最后很可能会误入歧途。

因此，我个人赞同先广闻博学，到了一定时候，再一门深入。

⊙ 问：很多经论中说，人身难得如盲龟值木轭。现在很多人都在造恶业，为何世界人口反而增多了？

堪布：所谓人身难得，并不是指普通的人身，而是指具有十八暇满的人身难得，可以用盲龟值木轭的比喻来说明。

虽然现在世界人口增多了，但是造恶业的人也越

来越多，真正具足十八暇满的人越来越少。



新年愿望

2006年12月31日

新年马上到了，祝大家新年快乐，一切圆满！

我们虽在不同地方，但有共同的发愿：愿度无量众生，愿获无上佛果。我衷心祝愿大家修行无有任何障碍，具足一切顺缘，圆满福慧资粮，成就自他二利。

走过三年的悲与喜

最近，学院将举办为期七天的“法王如意宝圆寂三周年纪念法会”。法会每天四座，从早上七点到晚上六点，全体僧众共修《上师供》《上师瑜伽》、金

刚萨埵仪轨及心咒、《普贤行愿品》等。

通过祈祷上师，可以遣除自相续中的一切罪障。

《时轮金刚根本续》中说：“上师圆寂年月日，若于此时供养者，摧毁累劫所造罪，解脱恐怖阎罗城。”如果条件具足，大家最好在各地举行小规模纪念法会，于法王像前以香、花、灯、水、食品等进行供养，并尽己所能地吃素、放生、念诵等。

上师在世时最喜欢放生，希望大家在各地多放一些生，比如东北那边天气冷，不适合放鱼类的话，也可以放麻雀等。事后把放生数目汇总到智悲佛网——哪怕放了一个生命，下次聚会时一起回向。

虽然上师已经示现圆寂，但在清静刹土当中始终用智慧眼关照着大家。在这七天里，大家一定要好好祈祷法王如意宝。依靠自己的恭敬心和上师的加持，我们自相续的所有功德会迅速圆满。这是最重要的一件事情，你们金刚道友之间应该辗转相告。

在这三年里，有说不完的悲哀，也有值得欢喜之事。悲的是，我们的根本上师、三界导师、众生怙主法王如意宝晋美彭措已经离开我们三年了。上师曾经传授浩瀚如海的显密正法，以各种方便方法培养了这么多的弟子……每每念及都令人非常伤心。喜的是，上师创办的喇荣五明佛学院至今完好无损，所有闻思修行、弘法利生事业一如既往地存在着，这对后学者来讲极为重要。

学院的正常运转离不开各位道友的支持和帮助。在此，我对为学院发心的所有大德、法师、居士表示感谢！

修习佛法，行持善法

在新的一年里，大家也应该发个愿，一定要认真真学习我们所安排的论典。作为修行人，我们不应该浑浑噩噩地过下去，应该尽量圆满相关的一些闻

思修。

明年学习《入行论》的同时，我们也会安排大家学习其他经论。其实，我在网上的开示答疑，解决不了很多的问题。如果你们真的对佛教感兴趣，或者认为我讲的法对你们有点利益，那就要在学习上多下功夫，这样相续中的怀疑会自然而然断除。

此外，希望每个人在念咒语等善法方面定个目标。新的一年开始，就像新的人生开始，行善方面应该有个目标，没有任何目标而得过且过，不是智者的选择。大家一定要在上师像或佛像前默默发愿。

三年前的藏历十一月十五日上午，法王如意宝一生弘法利生事业圆满，示现前往清净刹土。希望大家记住这个特殊的日子。一般来讲，传承上师的圆寂日，弟子们都应该非常重视。比如，麦彭仁波切圆寂日是藏历四月二十九日，学院每年都会举行法会、大量供灯。

很多印藏高僧大德的传记中有讲，真正合格的弟子，在上师圆寂三年当中，都会非常注重自己的行为。就像世间人家里有人去世了，也会有很多方面的讲究，三年过后，基本才一切照常。

最后，我给大家念一下《修心七要》的传承。

（堪布念传承）

《修心七要》的加持力非常大，若能依之修持，会成为一个非常好的大乘佛教徒。因此，前辈修行人乃至如今美国、加拿大等地学习藏传佛教的修行人都很重视。

《修心七要〈耳传略释〉》已翻译并传讲，希望大家好好学习。

现场互动

◎ 问：生起菩提心的界限是什么？

堪布：所谓菩提心，是指内心真的想要利益众生，不只是暂时给众生一点吃的穿的，应该从心坎深处想要将一切众生安置于佛果，让他们从三界轮回的痛苦中摆脱出来。

◎ 问：出家好还是在家好？

堪布：这个要看个人情况。如果从根本上对在家生活生起出离心，而不是暂时遇到违缘后想逃避，那么哪怕出家一天的功德也很大。《佛说出家功德经》中说：“于此一日一夜清净出家故，此善根，六欲天中，七反受福，二十劫中常受生死世间之乐。最后人中，生福乐家。”

如果自相续还没有如是成熟，最好以在家身份来利益众生。

◎ 问：为什么一切众生皆具佛性？

堪布：众生具有佛性是事势理，即万法的自然规律，如同火的本体是热性、水的本体是潮湿、石头的本体是坚硬，不一定非要说出一个理由。

◎ 问：《入行论》中讲，众生堕入恶趣后，由于不断因烦恼而造业，势必愈陷愈深，永无解脱的希望。这样一来，是否与佛经中所说的“一切众生皆能成佛”相违？

堪布：不相违。暂时而言，堕入恶趣时，造的恶业越多，陷得也会越深；究竟而言，佛性是本具的，且以前的善业也会成熟、增长，一旦因缘具足，佛性必定显露，所以众生最后一定会成佛。

《俱舍论·分别业品》中有讲到业的几种差别，大家方便的时候可以看一下。

⊙ 问：有些人认为自己修学的是大乘，不应随学小乘，因为小乘希求自我寂灭，请问这样对吗？

堪布：修学大乘佛法的人，确实不应该希求自我寂灭，甚至为了自利而希求佛果，也不是特别符合大乘的发心。

全知麦彭仁波切说：“稀奇萨霍堪布之行为，无比具德龙树之见二。”见解依龙猛菩萨的观点，即内心秉持诸法空性的空性见解和利益众生的菩提心见解；行为依静命论师的观点，应分别持守出家或在家的别解脱戒。

⊙ 问：有些道友认为供灯有时会影响闻思，请上师开示供灯和闻思的关系，以及供灯的重要性。

堪布：希望你们把学习《入行论》放在更重要的位置。因为如果我们没有深入法义，很难了知所做善法功德的真正意义。

当然，供灯也有很大利益，请参阅《供灯之功德》。

◎ 问：菩萨戒和居士戒在一个补特伽罗相续里，是别别他体还是一体存在？

堪布：以“一本体异反体”的方式存在。人死之后，居士戒已经舍了，菩萨戒仍继续存在。

◎ 问：在具德上师的加持下，具缘弟子仅一刹那见到心的本性，之后没有精进修行，临终时可以解脱吗？

堪布：如果今生真正了悟心的本性，即便临终时没有解脱，也会在来世得到解脱，这在中阴窍诀里

有说。

⊙ 问：如何以菩提心来修持五加行？

堪布：修五加行中的任何一个法，都要以菩提心来摄持。也就是说，修法前先调整发心：我今天磕头、供曼荼罗、念百字明等，不是为了自己的利益，而是为了天下无边的一切众生获得佛果。

现在很多人希求发财、平安等今生利益，这无可厚非。但最主要的目标应该是让所有众生获得佛果，这才是修行的根本。

⊙ 问：“菩萨不昧因果”是什么意思？

堪布：意思是说，菩萨对三世因果了如指掌，不会迷惑。当然，彻底照见因果者，唯有佛陀。

⊙ 问：我们已经学完了《入行论》前四品，但

现在比刚开始懈怠了，请您传一个窍诀，让我们都能圆满学完。

堪布：听法时间长了，很多人会生起懈怠心，包括学院有些道友，这也是一种正常现象，因为每个人都有惰性习气。

我个人发愿，只要没有离开人间，无论如何，会将这部法传讲圆满。希望大家也发这个愿，一定要像刚开始那样，把后面部分学完。如果能够坚定誓言，修行定会善始善终。

◎ 问：《华智仁波切略传》中讲到，尊者时常劝诫大家发愿往生西方极乐世界与东方现喜刹土。请问东方现喜刹土也很庄严吗？

堪布：东方现喜刹土的器情庄严都不是人为造作的，而是诸佛菩萨的福报自然形成的，就像极乐世界一样。

◎ 问：受居士戒、八关斋戒时，必须受全分还是可以只受其中几条？

堪布：居士戒可以根据自己的情况受少分或多分，不一定要受全分。

八关斋戒只能受全分，刚开始会有点困难，习惯以后就好了。也可以在每月十五、三十等殊胜日受持。

◎ 问：若因工作、家庭原因无法止语，是否能受大乘八关斋戒？

堪布：特殊情况的话，实在不能止语也有开许。第一次受戒，应该在善知识面前得受。

◎ 问：加倍咒、字母咒、缘起咒有什么作用？

堪布：念诵经典、咒语、仪轨之前，先念一些咒

语来加持自己的语言使之清淨，功德会非常大。

⊙ 问：《入行论》中提到，人生最有意义的两件事，要么为众生做事，要么自己修行。有道友认为自己先修行再为众生做事；有道友认为可以一边做事一边修行。请问应该如何处理两者的关系？

堪布：每个人的情况都不相同，不应偏袒执著于某一者更为重要。

人身非常难得，如果只是利益众生，自己一点也没有修，非常可惜。反过来说，利益众生的机会非常难得，如果只是自己修行，一点不想利益众生，也非常可惜。

总之，我们应该尽心尽力，边修行边饶益有情，这样既可以不舍菩提心，也可以修持佛法。

⊙ 问：要想往生极乐世界，应如何念修金刚萨

埵和阿弥陀佛？

堪布：一般来讲，先要多念一些金刚萨埵心咒，因为往生极乐世界有两大障碍，即五无间罪和谤法罪。

法王如意宝说过：“只要能如理念诵四十万遍金刚萨埵心咒，包括五无间罪、谤法罪在内的一切罪业都能得以清淨。”之后，再一心一意祈祷阿弥陀佛，发愿往生极乐世界。

◎ 问：往生时是金刚萨埵还是阿弥陀佛来接？

堪布：一般来说，临终之时，金刚萨埵也会显现为阿弥陀佛的形象，所以是阿弥陀佛来接。

阿弥陀佛有专门的发愿，《佛说无量寿经》中说：“设我得佛，十方众生，发菩提心，修诸功德，至心发愿，欲生我国，临寿终时，假令不与大众围绕

现其人前者，不取正觉。”也就是说，只要信愿具足，任何人都可以得到阿弥陀佛的接引。

◎ 问：临终时，上师也会显现成阿弥陀佛的形象来接吗？

堪布：这个要看你上师的证悟境界。

◎ 问：父母身患疾病，为其念经诵咒时应如何发心和回向？

堪布：可以这样想，让此病人为主的一切病人，暂时远离病苦乃至世间一切苦难，究竟获得圆满佛果。

◎ 问：孩子上学，念哪个咒回向好？

堪布：可以念文殊心咒，让孩子增长智慧。

◎ 问：《入行论》中讲，善根没有回向，很容易

被嗔恨、懊悔等烦恼损毁。而《大庄严论》中记载：释迦牟尼佛在世时，有一个人来求出家，佛陀观察他八万劫前念过一句“南无佛”，因为这一念的善根，得遇佛法，出家得道。请问应如何圆融理解？

堪布：如果善根没有回向，确实可能被嗔恨心等摧毁；而公案中的“一称南无佛”，我们不能确定他之前没有回向，也不能确定他相续中出现了足以毁灭善根的因缘。

◎ 问：《入行论》第一品说：“博施诸佛子，若人生恶心，佛言彼堕狱，长如心数劫。”而第三品又说：“若人因见我，生起信憎心，愿彼恒成为，成办众利因。”同样对菩萨生嗔，前一颂说会堕恶趣，后一颂说由于菩萨猛烈的发愿力所致，将来会获得无上的利益，前后是否矛盾？

堪布：不矛盾。前一颂着重强调菩萨是严厉对

境，后一颂着重强调菩萨的发愿力。

对菩萨生嗔会堕入恶趣很久，但是因此和菩萨结缘了，结缘比不结缘更好，结缘之后将来终究会得到菩萨的度化，所以只要和菩萨结缘，最终都会得到大利益。

暂时来说，对菩萨生嗔还是可能长期在恶趣感受痛苦，但将来会获得利益，何况对菩萨生欢喜心、信心呢？

⊙ 问：《大圆满前行》中说：有位了不起的唐巴比丘供施食子时，集来了许多鸽子，此人心想：如果我有这样庞大的军队，就足能消灭我的敌人。由于当时的恶念没有转为道用，导致他后来还俗成了军队首领。请问什么是“恶念没有转为道用”？

堪布：他本来是一位了不起的比丘，但后来产生恶念时，随着恶念发了恶愿，所以说他没有转为道

用，也就是没有把心念转到善法上面，导致修行没有如愿以偿。

◎ 问：《三主要道论》中说：“了知以现除有边，以空遣除无有边。”请问该如何理解？

堪布：一般来讲，平时是以显现断除无的边，以空性断除有的边。而在这里，宗喀巴大师运用了不同的解释方法。

在“显现”之体相不舍弃的同时，其本体即为空性，以此即可遣除有边；在“空性”的同时，其体相不舍弃而显现，以此可以遣除无有边。显现不是有，空性不是没有，这就是现空双运的甚深意义。

◎ 问：守八关斋戒日，供护法时碰触酒器犯不犯戒？

堪布：不犯。

◎ 问：《入行论》中讲的菩萨戒还净方法，是依龙猛菩萨还是无著菩萨的观点？

堪布：可结合两种观点，然后以龙猛菩萨的观点为主。

◎ 问：修行时遇到违缘怎么办？

堪布：好好祈祷上师，不要退失信心。

◎ 问：没有上师传，可以自受八关斋戒吗？

堪布：第一次受最好有上师传。在上师面前受戒时，可发愿今后在特定日子自受戒，这样到了特定日子就可以在佛像前念诵仪轨自受。

◎ 问：修法时，可不依仪轨而随自己的意乐观想吗？

堪布：仪轨怎样要求，就怎样去做。

◎ 问：法王圆寂法会时应如何供灯？

堪布：陈设释迦牟尼佛、法王等圣像，还有佛经、佛塔，观想并念诵《阿底峡尊者供灯愿文》《普贤行愿品》等，还可观想将自己的身口意供养上师三宝。



法王如意宝四大教言

2007年1月21日

今天，给大家传授的传承是《文殊礼赞》和《阿弥陀佛修法极乐捷径》。

前段时间，我们举办了法王如意宝圆寂三周年的纪念法会。法会前，我们劝大家放生，准备法会结束后做大回向。截至昨天，通过智慧佛网和相关渠道给我们汇报的放生金额，全国各地加起来有140多万元。

作为佛教徒，大家应该随喜这份功德。各地的信众为了纪念法王如意宝，报答他老人家赐予佛法的殊胜恩德，自愿、积极地放了许许多多生命，对此我们十分随喜。前两天晚上，我们念了《普贤行愿品》

等，为大家做了回向。希望没有参与放生的道友，也能一起随喜放生的功德。

除了放生，道友们还做了许多佛事。有些发愿念诵十万或四十万遍金刚萨埵心咒，有些大量供灯，等等。总而言之，为了纪念法王如意宝，纪念自己传承上师、根本上师而做的种种善行，都值得随喜赞叹。

今天在网上跟大家讲话，也是通过发电机发电。因为最近天气特别冷，很多电厂没办法供电。而网络上听课的道友，每个人可能也面临着各种困难，比如冬天出门也很不方便。在这种情况下，依然有这么多人希求听受佛法，我也感到非常高兴，所以特意安排了今天的开示。

法王如意宝的四大教言

接下来，我想讲一下法王如意宝留下的四大

教言。

这些教言内容并不多，但意义却非常深刻。法会期间，我听了法王如意宝圆寂之前，在极乐法会上的最后一次开示，也就是他老人家为我们后学者留下的四大教言。

当时在座的四众弟子，可能并没有想到法王会很快圆寂。后来我们听了录音，才发现这是法王准备离开而留下的教言。法王在极乐法会上讲话时，是藏历九月二十二日，也就是释迦牟尼佛从三十三天重返人间的天降日，而法王的圆寂日，是藏历十一月十五日，中间有将近两个月的时间。可见，法王已经提前给我们留下了非常珍贵的教言作为遗嘱。

从法王当时的语言中，也透露出了这方面的信息。法王说：“这次的极乐法会非常隆重，各地来了很多僧俗信众。但是，万法都是无常的，未来还有没有这样的机会，也很难说。像这样的交流机会，很可

能是最后一次了。相信在不久的将来，我们一定会在极乐世界重逢。”这些开示，当时很多道友都听到了，但想到法王时常说一些无常方面的教言，又都没有留意。

我在学院闻思修多年，深刻感受到圣者的语言的确跟凡夫的语言完全不同，不但加持力大，而且可以将甚深的经典和续部归纳为简单的教言而宣说。

1. 发愿往生极乐世界

第一个教言，法王希望所有的有缘弟子，好好地祈祷阿弥陀佛，并发愿往生极乐世界。因为极乐世界极易往生、具超胜功德，是其他任何刹土根本不能相比的。依靠阿弥陀佛不可思议的加持力以及自己的信心力，一定能够顺利往生。

如今是末法时代，无论我们学显宗还是学密宗，

都一定要发愿往生极乐世界。

2. 以慈悲心对待众生

第二个教言，一个人活在世界上，必须有一颗善良的心，也就是要以慈悲菩提心来对待所有的众生。实际上，它是世出世间一切善行的根本。

有了菩提心以后，暂时来讲，我们能利益无量的众生；究竟来讲，自他都能获得圆满正等觉的果位。因此，我们要想尽一切办法，让相续中生起殊胜的愿菩提心和行菩提心。

3. 尽量守持不杀生戒

第三个教言，末法时代的众生，全部要受持比丘戒、沙弥戒，或者比丘尼戒、沙弥尼戒，以及圆满的居士戒，恐怕有一定的困难。但是，至少要受持一分

以上的戒律，尤其是不杀生戒。作为佛教徒，应该发愿在有生之年乃至生生世世不杀害任何众生，尽力去帮助一切众生。

现在的世界真是非常可怕，像汉地许多人喜欢吃螃蟹、鱼虾等，这种杀生的恶习相当严重，而藏地也有许多人杀牦牛、羊等，这些恶业会让我们生生世世堕于地狱而不能解脱。因此，法王希望所有的佛教徒全力以赴，尽量行持戒杀放生的善举。

4. 使用观音心咒转经轮

第四个教言，在末法时代，观音心咒的转经轮功德非常大。如果有人死亡，你实在来不及超度，或者没有人超度，或者这个人不信佛教，在他头的方向放一个转经轮，那他根本不会堕入三恶趣。

乔美仁波切在《观音心咒转经轮功德》中说：

“转此经轮之人可得到一切白法方面天神的保护、救护、庇护、掩护，摆脱一切非时的横死苦难，女人求子得子，对于经商谋利寻求财产者，天神大力相助、护佑，使他们诸事顺遂，延年益寿，死后不会转生于三恶趣，断除低劣生处，不会转生到边鄙之地，获得清净的人身后行持正法。”法王曾提出，希望国内外所有在家出家的修行人，都要养成用观音心咒转经轮的习惯。

听了法王的开示，再加上老人家生前也在转经轮的设计、制造等方面做了许多安排，我心里的确很想为大家提供转经轮方面的方便。过段时间，一方面我会给大家宣讲转经轮的功德，也把宣讲的视频做成光盘提供给大家；另一方面，考虑到你们请转经轮可能会有一定的困难，我们也会做一些安排。

这四个教言，是法王所说的金刚语，我只不过是在这里重复而已。大家记住了吗？

一、诚心祈祷阿弥陀佛，发愿往生极乐世界；

二、发菩提心，以慈悲心来对待众生；

三、尽量守持一分以上戒律，这一分戒也主要指不杀生；

四、末法时代，观音心咒转经轮度化众生的缘起非常成熟，每个修行人都要经常使用。

以上是法王在佛学院给四众弟子留下的最后教言。最近找到当时的一些录音带后，我也给学院的道友们再次强调了。

法王老人家在成都医院时，也曾打电话回学院开示道：“莫舍己道，勿扰他心。”这是法王如意宝在世间最后的教言。

通过我刚才重复的四大教言，相信网络上的道友应该对法王如意宝生起了不共的信心。就我个人而言，这辈子能遇到这么殊胜的显密佛法，并且对之有

一颗不可退转的信心，这些完全来自法王如意宝的恩德和加持。因此，为了报答上师的恩德，也为了更多的信众能够得到法王如意宝真实的加持，我也是在百忙之中抽出时间来跟大家共享法王的甘露妙法，希望大家铭记于心间。

念诵《文殊礼赞》等传承

前段时间，有些道友求《文殊语狮子修法仪轨》，但这个仪轨我们还没有准备好。大家在平时，尤其是讲经说法、闻思修的时候，要经常祈祷文殊菩萨。因为八大菩萨之中的文殊菩萨，是一切诸佛智慧的总集。所以，平时祈祷的时候，你们可以多念《文殊礼赞》。

以前，印度那烂陀寺有一位班智达，这位尊者带领着另外五百位班智达一起修行。一次，他给班智达们布置作业，要求每人写一篇文殊菩萨的赞颂。第二

天，当班智达们把各自写的赞颂交上来时，却发现大家不谋而合，写的都是我们今天看到的这篇《文殊礼赞》，一字不差，这就是文殊菩萨的加持。

在藏传佛教中，格鲁、宁玛等各教派行者在讲经说法之前，都会念这个礼赞文。我希望大家在学习的时候，也能先念一下这个赞颂。它的文字虽然不多，但只要经常念诵，就能真正得到文殊菩萨的智慧加持。

另外，我再念一下《阿弥陀佛修法极乐捷径》的传承。极乐法会时，主要依靠这个仪轨来修持。这个修法是法王如意宝前世——伏藏大师列绕朗巴所取的伏藏法。

（堪布念传承）

现场互动

◎ 问：我之前持咒念经很精进，但自从工作以后，就感觉没有时间了，精进心也提不起来。请问怎么改掉这个毛病？

堪布：分散时间和精力的事，我们每一个人都会有。但只要自己精进的话，不管处于什么环境中，工作再忙，生活再苦，应该也能持咒念经或学习佛法。

因此，关键在于自己要把闻思修放到最重要的位置，尽量不要以工作等事情为借口，让自己不去修行。

◎ 问：为什么往生极乐世界就会获得不退转的果位？

堪布：往生极乐世界以后，就会获得不退转的果位，这是汉传佛教和藏传佛教公认的一种说法。

按照显宗的观点，有一地菩萨的不退转、八地菩萨的不退转，而十地末尾之后的佛地，则是最究竟的不退转。往生极乐世界以后，因为凡夫的习气已经断除，所以不会退转到凡夫界。

有关经典中也讲得很清楚，往生后必定获得不退转的果位。除非是菩萨为度化众生而特意显现为凡夫，但真实的道心是不会退失的。

总之，往生后不会退转的教证、理证有很多，而退转的教证、理证一个都没有。

◎ 问：家里养宠物，对修行有没有影响？

堪布：这要看个人情况。有些人的慈悲心很强，平时也比较精进，这样可能影响不是很大。比如，法王如意宝就特别喜欢小狗，以前老人家去印度时，别

人送了一只非常可爱的小狗，所以上师当时家里养了好几只小狗。还有些道友以慈悲心来养宠物，不但没有障碍自己的修行，反而会经常给它念咒等，这样它也会得到很大的利益。

当然，如果自己的心不清净，没有好好养，反而虐待它的话，这个过失非常大，对自己的修行也会有一定的影响。

⊙ 问：我也想到学院去求法，但又担心那边人太多的话，会不会给您添麻烦？

堪布：学院现在人确实比较多，而且经过治理整顿后，房屋不能再增加了，因此来求法的话，住处方面可能有一定的困难。

就我个人来讲，倒也没有什么压力。因为释迦牟尼佛在《贤愚经》中也讲了，佛法就像江河之水，任何众生都可以饮用。所以，佛陀在世时的所化众生，

包括了出家男女和在家男女。

现在通过网络、光碟和法本，我们在学院里所讲的这些法，外面的道友也能学到。因此，如果大家真的想学习佛法，不一定非要来这里，在当地一方面参加学院的法会，一方面好好地闻思修行，住处和生活也不用发愁，或许更加适合你们。

当然，如果你们想来朝拜一下，看一看学院的风景和状况，这没什么不可以的。尤其夏天的时候，学院的气候会稍微好一些。但想要在这里长期学习，对你们来讲，可能会有很多方面的困难。一方面气候严寒，另一方面这里也不提供住宿，生活全靠自理。与其这样，不如自己在家学习经论，方便的时候朝拜一下，这样可能更合适。

⊙ 问：修共同加行与修菩提心的关系是什么？

堪布：四共同加行，即人身难得、寿命无常、轮

回过患和因果不虚。

对修行人来说，首先应该通过修四共同加行打好稳固的基础，然后在这个基础上，进一步修持愿菩提心和行菩提心，这样你的修行一定会有所成就。

因此，前者是后者的助缘，如同依靠阳光水土有助于种子生芽一样，依靠四共同加行有助于产生菩提心。

⊙ 问：想要布施乞丐的时候，身边的朋友就会说他们都是假的，常常阻拦我去布施，请问该如何取舍？

堪布：现在的确有很多人不是乞丐装成乞丐，不是出家人装作出家人，或者假扮成其他身份来骗钱，如今这种现象非常多。因此，无论做布施还是供养，首先要观察自己的相续，心一定要清净，最好不要有吝啬心，然后量力而行。

对于布施或供养的对境，我们也要去观察。如果心里没有怀疑，觉得有些乞丐非常可怜，想给的话就可以给他；如果心存怀疑，也可以不进行布施。事实上，即使对方不是真正的乞丐，你做了布施也有一定的功德。

如果亲朋好友不愿布施，也阻拦你布施，那我们应该通过佛法来说服他，实在说服不了，可以用善巧方法帮他做一些善事。

◎ 问：受了菩萨戒以后，还会无意间造作一些罪业，请问该如何消除罪业？

堪布：即使是修行人，也很难避免受戒之后还会造作一些罪业。尤其是身处当今社会，更容易经常沾染罪业。因此，在发菩提心的过程中，我们要经常反观自心，忏悔往昔所造的一切罪业，尽量多念一些金刚萨埵心咒和百字明，这样罪业能得以清净。

⊙ 问：学佛以后，总感觉自己跟世间人有点格格不入，有时会觉得相处不来，请问如何智慧地与他们相处？

堪布：在工作和生活中，修行人跟世间人经常在见解、行为、修行方面格格不入，导致双方没办法好好沟通，这种情况的确存在。

一般来说，我们的行为应该尽量随顺他们，但见解上不能随顺。因为大多数世间人并不承认前生后世，也不承认善有善报、恶有恶报的因果规律，如果一味随顺他们，最后自己的修行一定会失败的。

总之，我们要对他们生起悲心，行为上经常随顺而相处，见解上尽量引导他们。不然，世人承认业因果不存在也要随顺的话，这是不合理的。如此相处下来，到了一定时候，你周围的亲朋好友，也会被你的利他心和利他行为所感化。

因此，作为佛教徒，有些地方应该随顺别人，有些地方应该坚持自己的见解，绝对不能随顺别人。

⊙ 问：大悲咒、准提咒、观音心咒、金刚萨埵心咒各有什么功德？

堪布：大悲咒的功德，在《大悲心陀罗尼经》里讲得很清楚。

准提咒，是汉传佛教非常重视的、能遣除违缘的一种咒语，在汉传佛教相关典籍中也有记载。

任何众生耳边听到观音心咒，都能种下殊胜的善根，《宝篋经》中说：“凡听闻六字真言‘嗡嘛呢巴美吽’者，命终时由十二佛陀、八大菩萨所引路而往生极乐世界。”

金刚萨埵心咒能遣除无始以来的罪障，也有很多不共的功德。

这些咒语的功德，大家通过网络或其他途径可以查到，由于时间关系，这里就不一一介绍了。

⊙ 问：我有时打坐、持咒，会感觉心很平静，像一潭死水，这时我就会有点害怕，请问遇到这种情况该怎么办？

堪布：在整个修行过程中，可能会出现各种各样的验相或觉受。当出现这些状况时，最好不要执著，也不要遮破，不必特别害怕、失望或高兴，一切顺其自然，继续修下去。

⊙ 问：转经轮使用久了，会发出一些噪音，这样是否会有过失？

堪布：在乔美仁波切的《观音心咒转经轮功德》中说，转经轮声音特别大的话，会对寿命等方面有障碍。

因此，如果声音很大，可以想办法处理一下；如果声音不太大，应该没有什么影响。我现在用的转经轮，也会有比较小的噪音。

◎ 问：怎样让已入外道的母亲转向学佛？

堪布：虽然我们是佛教徒，但不一定非要让所有外道趣入佛门。据统计，现在全球基督教信徒约有19亿人，而佛教徒只有3亿多人。所以，想要让所有基督教徒全部学佛，加入我们的团体，这一点也不现实。即使是佛陀在世时，其所在的城市中，也有相当一部分人不学佛。

当然，从关爱父母的角度讲，可以给她宣说佛教的不共教理，比如慈悲观，再用实际行动去感化她，这样问题就不会很大。如果实在无能为力，那就只有默默地发菩提心了。

◎ 问：经论有无大小乘之分？如果分，小乘行

人看大乘经论，或反之，这样可以吗？

堪布：经论是分大小乘的，比如小乘的《阿毗达磨俱舍论》《佛说毗奈耶经》，大乘的《大乘阿毗达磨集论》《妙法莲华经》等。

小乘行人可以看大乘经论。这一点我们学了《大乘经庄严论》《入行论》应该会明白。而且佛陀并没有说，哪部经论是大乘根基或小乘根基才能看的。只不过菩萨戒中有说，不能强迫大乘根基者入于小乘，也不能强迫小乘根基者入于大乘。但如果自己以前学了小乘佛法，后来觉得不是最究竟的，继而想要趣入大乘，这本身没有问题，而且有很大的功德。

大乘行人也可以看小乘经论，我们讲法过程中，也常引用小乘经典的教证。

⊙ 问：有些论典中说，地狱的狱卒、刑具，都是众生烦恼心的自现，又说每个众生都有佛性，这样

既有烦恼心又有佛性，两者是否相违？

堪布：从实相角度讲，无论是天人、旁生，还是地狱众生，任何一个有情都具足如来藏佛性。但在现相上，佛性被无明烦恼所遮障，故无法显现。

在真正的本性当中，烦恼心以及它所呈现出来的地狱中的受苦众生、狱卒、刑具，这些都是不存在的。

因此，这个问题可以从实相和现相两方面来分析。

⊙ 问：我的孩子特别喜欢看日本动画片，而我想让他学习佛法，应该怎么做呢？

堪布：作为佛教徒，教育自己的子女，应该从小培养他们的慈悲心，这一点非常重要。如果童年的时候，一直让他学习世间各种乱七八糟的知识，后面再

想转变他的思想就很难了。

当然，他喜欢动画片等现代事物，我们也不能一味阻拦，要采取一种有效的引导方式。最重要的是，父母应该通过不同的途径，让孩子学习佛教的慈悲观。比如，给他看一些佛教的动画片，让他学会爱护众生、慈悲众生，逐渐将他引入佛门。

⊙ 问：十多年来，我的身体和意识一直无法做主，感觉被一种力量控制着，非常痛苦，也找不到解决的办法。请问如何解除身心的这种痛苦？

堪布：每个众生前世所造的业力是不相同的。有些人即生当中的身心痛苦，通过祈祷佛陀、放生等，可以得以解除，但有些不一定有立竿见影的效果。

如果前世杀害了众生的生命，即生当中身心的确会感受到各种各样的痛苦。因此，我也不敢保证，你所受的折磨能马上消除。但我非常希望，作为一个学

习大乘佛法的人，不管遇到什么样的痛苦，自己心里都不要特别地执著，应该好好地祈祷三宝。

当自己感受痛苦时，要想到：世界上还有许许多多的众生也正在感受痛苦，依靠三宝的加持，希望这些众生早日从痛苦中获得解脱。这样的发心，就是菩提心，能够遣除一切痛苦。藏传佛教的噶当派对修持菩提心尤为重视，视其为修行的核心。

因此，我们要经常祈祷三宝加持自己能生起真正的菩提心。

◎ 问：什么是“觉性暖相”？

堪布：这是密宗的一种名词，是指通过修行而认识心的本性的觉受或验相。

◎ 问：我们发愿每月受持1天八关斋戒，算下来一年共受12天，那么如果不是每月1天，而是一年内

不择时间受满 12 天，请问这样可以吗？

堪布：如果最初这样发了愿，就是可以的。

第一次受八关斋戒时，最好在善知识面前受，同时可以发愿以后在特定日子自受。之后例如每个月的初八、十五、三十等，可以自受。总之，要依照你最初所发的愿去行持。

⊙ 问：在读高僧大德的传记时，内心不经意间会生起一些不好的念头，这会不会导致自己在地狱里住多少亿劫呢？

堪布：一般来讲，应该不会这么严重。

对于高僧大德、诸佛菩萨的传记，如果自己不容易生起信心，或者对有些行为接受不了，最好是少看一点，应该看自己能接受的。如果产生一些不好的念头，当下念金刚萨埵心咒好好忏悔，应该不会有很大

过失。

⊙ 问：我们明明知道贪心、嗔心不好，但遇到对境时仍无法克制，这是什么原因造成的？

堪布：对于贪心和嗔心重的人来说，遇到对境的时候，的确很难控制自己。而生起烦恼的原因，在讲《俱舍论》时也说了，自相续中的烦恼习气还存在、引发烦恼对境现前、产生非理作意，这三者具足了，自相续中的贪心、嗔心等烦恼自然而然会产生。

所谓非理作意，比如生嗔恨心的对境，也就是怨敌存在时，自己的内心进行负面思维，就会产生嗔恨心。

因此，既有前世的烦恼种子，又有即生中的对境现前、非理作意，这些因缘具足之后，就会产生各种烦恼。

◎ 问：既然地狱中的狱卒，以及各种刑具都是烦恼心的幻化，那么地狱本身是否也是呢？

堪布：不仅是地狱，饿鬼、旁生、人间乃至整个轮回，都是我们能取所取的烦恼心或者说执著所幻化的。

但是，在能取所取的执著没有消于法界之前，六道轮回在众生面前就是真实存在的。就像做梦的时候，虽然梦中的一切都是幻化的，可是对做梦的人来讲，当时的对境、心态和痛苦，都是看似真实般的存在。同样，地狱本来是烦恼心的幻化，但对感受地狱痛苦的众生来讲，也可以说是真实存在的。

◎ 问：如何理解《金刚经》中讲的“应无所住而生其心”？

堪布：以前，有很多高僧大德依此经而成就，六祖惠能大师也是听闻这一句而开悟。但由于时间关

系，我就不细说了。

我原来讲过《金刚经》，对于这句话，当时从空性和显现、藏传和汉传的角度，都有解释过，你们可以看一下讲记，或者听一下录音。



《教诲甘露明点》讲解

2007年4月8日

今天，我们主要是传授法王如意宝所造的《教诲甘露明点》。

内守己道，合和世间

从去年开始，我们基本每月都在菩提讲堂做一两次开示，让各地的道友与佛教结上善缘。今年之初，我们也跟大家交流过，在新的一年里当中学习《入行论》以及其他闻思修行的一些安排，相信很多人仍然记忆犹新。

在这里，我想再次跟大家强调一下。我们这个人

身的的确确非常难得，大家一定要好好利用它来修行佛法。尤其是网络面前的各位道友，你们身处嘈杂的城市当中，要在这样充满诱惑的外境中保持修行的力量，不是一件容易的事情。

在这种情况下，我们要对自己的内心境界有所把握。不仅佛教中如此要求，中国古人也非常强调这一点。古人说：“外化而内不化。”意思是说，我们的内心应该保持宁静，守护一份坚持，而在外相上要随顺，言行方面要顺应他人、顺应世间、顺应社会，千万不要跟任何人都合不拢。

因此，我希望身处大城市中的道友，内心能够秉持佛教的殊胜观点，比如密乘的大圆满见解、大乘中观的缘起性空见解，或者小乘的人无我见解。总之，不舍离佛教的修行，这是我们内在应该保持的一种状态，而在外相上，我们的行为要尽量随顺世间。在任何一个单位、团体或者在自己的家庭中，佛教徒

更应该表现出一种随顺、合和的态度。这是我对你们的期望。

前段时间，我出去了一个多月，回到学院后，因为重建大经堂等各方面事情比较多，所以一直没来讲堂为大家开示。以后如果没有什么特殊情况，我会继续在网络上给大家念诵一些传承，做一些简单的开示。同时，道友们有什么问题，我们也可以在網上交流。虽然我回答得并不好，但我还是想为大家提供一个打开思路的机会。我们彼此探讨学习，这是非常好的一件事情。

其实我们这样的聚会，可以说有着不共的特点，大家安住在自己的家里，不用像前辈大德那样跋山涉水，就可以听受到藏地雪域殊胜的佛法传承。

喇荣这几天一直在下雪，外面已经成了一个银白的世界，而你们很多人所处的环境应该是阳光明媚、春暖花开。我们会在雪域高原祈祷诸佛菩萨和法王如

意宝的加持，把冰雪般清净的教言传授给大家，愿每一个人都能得到诸佛菩萨的慈悲垂念以及传承上师的加持，这样你们的修行一定会圆满、成功。即使在错综复杂的人生路上，仍然会遇到一些挫折和困难，但只要坚信上师三宝的加持不可思议，就能获得很大的力量，将违缘转为道用，最终趋至究竟解脱地。

讲解《教诲甘露明点》

接下来，我先用藏文念诵法王如意宝造的《教诲甘露明点》的传承，然后就字面意思给大家做一个简单开示。

（堪布念传承）

法王如意宝这一生摄受弟子的过程中，所传讲的教言全部可以归纳在《教诲甘露明点》中，可见其殊胜之至。正因为如此，法王在世的时候，就要求凡是

听受他教言的弟子都必须背诵《教诲甘露明点》，并将其内容融入于自相续，这样才有可能修行圆满。这一点在结文的小字中，法王也做了说明⁵。

这篇教言分为三个层次：一、首义；二、论义；三、末义。

首先是顶礼句，即顶礼文殊菩萨，祈请文殊菩萨向所有弟子赐予悉地。

“谁之尊名一入耳，终破累劫心愚暗，祈汝文殊勇猛尊，普降善妙瑞花雨。”意思是说，任何一个人只要听到文殊菩萨的名号，那他无始以来自相续中的无明黑暗，会被文殊菩萨的智慧光芒全部遣除。所以，我们应该生生世世恭敬顶礼文殊菩萨，祈求文殊菩萨赐予加持、悉地、力量和智慧。

5 此具八吉祥相数目之颂文，于大密虹身成就静处安住之会众为主，凡欲遵吾教实行者，再三恭请心中持文后领取其义。土蛇年三月十六日，阿旺洛珠宗美所述。

论义部分也分为三个内容，即人格贤善、戒律清净、智慧无垢。“人格贤善戒清净，勤学无垢智慧源，彼即三世佛之子，亦吾究竟之挚友。”法王说，任何一个人只要具足这三个条件，那他就是十方诸佛的佛子，也是法王如意宝的心子、最好的朋友、最好的弟子。

我们很多人自称为法王如意宝的弟子，现在可以根据教言对照一下，看看自己到底是不是合格的弟子。法王如意宝曾一再强调：“不管我在世还是不在世，凡是能受持这个教言的弟子，我始终都把他当作最珍贵的弟子。”也就是说，具足人格贤善、戒律清净和智慧无垢这三个条件，才是上师合格的弟子；不仅是上师的合格弟子，也是三世诸佛的佛子。

1. 人格贤善

今生能够得到人身非常不容易，因此希望大家首

先要做一个好人。有了好人的基础，才有进一步学佛修行的机会。如果连好人的标准都达不到，连贤善的人格都不具备，根本没有办法学佛修行。

我最近正在讲《二规教言论》，也是希望道友们能够明白，人格贤善是学佛的基础。在藏地，做人方面的教言有《君规教言论》《二规教言论》《萨迦格言》等；在汉地，古人也非常重视《论语》《弟子规》之类的教言。但是，现在很多人忽视了传统文化的教育。如果从小就接受人格方面的教言，必定会对自己的一生起到很大帮助。

“何为贤善之人格？心善诚实少欺诈，温和稳重耐性强，广学多闻心量宽。”如果要把关于做人的教言全部广说，恐怕有一定的困难。所以，法王如意宝把人格贤善总结为七个方面，即心地善良、无狡诈、性格好、有远见、稳重、包容、智慧。

大家可以反观自己：首先，自己的心是不是很

善良？不管做什么事情，是否保持大公无私、利益众生的心态？其次，做事情的过程中，自己是否具有远见、稳重、包容和智慧？如果你具足了这几条，那可以算得上具有贤善的人格。

通过今天的教言，希望大家观察一下自己，究竟具不具足贤善的人格。尤其是稳重这一点，在《二规教言论》中讲得比较广，方便的时候你们可以学习一下。

2. 戒律清净

“何为清净之戒体？佛经论典所宣说，一切取舍护如眼，于此浊时虽极难，然于显密三乘教，各乘得果直接障，根本堕罪于自续，当恒远离精进行。”所谓戒律清净，是指对佛经论典中制定的戒条，像护持自己的眼目一样来受持，无有任何违犯。但对末法时代的很多人来说，这是非常困难和不现实的。因此，

法王说在别解脱戒、菩萨戒和密乘戒这三乘戒中，对自己的解脱直接造成障碍的根本罪，最好不要犯，即不能失坏根本戒。

就别解脱戒而言，在家居士受持的是居士五戒，那么这个居士五戒就是不能破的。一旦破了，先要好好忏悔，忏悔清净之后，才可以重新受戒。

就菩萨戒而言，戒条广分有千千万万，但归纳起来，愿菩提心是不能失坏的。一旦失坏，就需要再次念诵仪轨重新受戒。

就密乘戒而言，誓言也是非常多的，尤其是《大幻化网》中讲到的五种戒条，以及密宗的十四条根本戒，大家要尽量遵守。其中最根本的是什么呢？就是不能舍弃密法，不能舍弃金刚上师或与之发生矛盾。

如果你是出家人，就要守出家人的根本戒；如果你是在家人，就要守在家人的根本戒。总之，如果三

乘戒律中的根本戒没有失坏，就算是戒律清净。因为将所有的戒律如比丘戒、比丘尼戒守持得一尘不染，即使在佛陀时代也是有困难的，更何况现在是末法时代，所以法王对我们也没有那么高的要求。

大家要尽量守护好自相续中的根本戒。如果出现破损、违犯的情况，应该想尽一切办法进行忏悔和恢复。

3. 智慧无垢

“何为无垢之智慧？真实教诲诸经论，日日精进闻思修，彼将速获菩提果。”法王说，我们每天都应该力所能及地闻思修行，听受清净的佛法教言，这样便可获得无垢智慧，很快得以解脱。

你们很多人都有家庭、有工作，想要像佛学院的道友一样，每天安住在寂静处闻思修行，恐怕很难实

现。但每个礼拜当中学习一节《入行论》等经论，应该可以做到的，希望你们不要随意中断。大家最好每天抽出一些时间闻思修，或者听录音，或者看法本，或者思维法义，或者实际行持。长此以往，最终一定会获得佛果。

以上这三个教言，归纳起来也比较简单。第一，人格贤善，以人格稳重为基础，同时心地要善良；第二，戒律清淨，无论受持哪一种戒律，不要毁坏根本戒；第三，智慧无垢，每天不间断地闻思修行。这些要求都不算很高。

“未入正道初学者，愚痴形象盲修者，世智辩聪傲慢者，此文将成消毒药。”法王说，对于还没有步入正道的初学者、盲修瞎练者、假成就者以及寻伺者⁶来说，看了以上教言以后，心里很可能会不舒服。但也有可能，他们得到这些教言之后，就如同中毒的病

6 即自己一点都不修行、整天口头上说得特别漂亮的人。

人得到妙药，立马治好了自己的病。

对于那些堕入邪道、堕入歧途的人来说，倘若能遇到法王如意宝的这些教言，都一定会有所帮助，更何况我们这些对佛法有清净信心、清净智慧的人呢？遇到如此殊胜的教言，能让我们一生受益无穷。

且不说法王如意宝生生世世高深的成就境界，仅是这一生当中，就摄受了成千上万的弟子，并且根据弟子们的不同根基和意乐，以及末法时代的各种状况，传授了很多简要而殊胜的教言。现在大城市里的人非常忙，真要把千经万论学得滚瓜烂熟，恐怕有一定的困难，但我想把这几句简单的教言铭记于心，应该不会有很大的困难。

因此，通过现代科技的方便方法给大家传授《教诲甘露明点》，我觉得非常有必要。只要你们有智慧、有信心，将法王的这三个教言牢记在心，必定可以获得世间的暂时安乐和出世间的究竟解脱。

最后，法王谦虚地说：“为利自心修习故，亦为挚友作良药，净心善言所生善，诸众愿等妙吉祥。”法王说，宣说以上这些教言，实际也是为了自己的修行，因为这些道理非常深奥，自己也需要再次修习，还有就是为了帮助自己的心子、朋友、弟子，所以以清静的心造了这篇教言，愿以此善根回向给一切众生，愿所有众生早日得到文殊菩萨的果位。

这篇具有八吉祥数目之颂文的《教诲甘露明点》，是法王当年住在寂静虹身处——喇荣五明佛学院的时候，给四众弟子开示的一个精妙教言。当时，他老人家要求以学院僧众为主的凡是听受他教言的道友，务必先将词句熟背于心，然后在自相续中再再串习其内容。

归纳而言，《教诲甘露明点》最初是顶礼文殊菩萨，祈请文殊菩萨赐予智慧，让所有弟子的心相续中生起证悟智慧；中间正文宣讲了三种教言；最后是

回向，愿所有众生获得文殊菩萨一般的超胜智慧。所以，大家也一定要好好地回向。

所谓的佛法修行，并不一定要用很长的时间。如果你有智慧、有信心，即使在短暂的时间当中，这样短小精妙的教言也能使你的一生发生转变。

现场互动

◎ 问：我是一所职业学校的老师。上课时，我经常引用佛理，但我说我不信佛，只是觉得佛法很有道理，因为在学校里说自己信佛，其他人可能会产生邪见。请问这样可以吗？

堪布：我觉得这种方法很好。因为在现在的社会当中，如果你说“我信仰佛教”，那么老师、学生在内的很多人可能会对你产生各种误解，甚至说出毁谤的语言。

我们内心要对三宝深信不疑，但为了随顺世间人，口头上可以说：“我虽然不信佛，但我通过智慧来观察时发现，释迦牟尼佛宣说的真理是任何一个科学家都没办法推翻的。”如果是通过这种方式来交

流，学生们慢慢也会有所领悟。

因此，我们要用智慧来观察，如果场合比较特殊，你可以用方便语随缘度化，比如一开始说自己也是半信半疑，到了一定时候，也可以说出真相。

◎ 问：听了您讲的《转经轮之功德》，我们很想请转经轮，请问哪里可以请到？

堪布：前段时间，我讲了《转经轮之功德》以后，听说很多地方的道友都想请转经轮。我原来也想通过学院为大家提供这个方便，但目前看来，找工厂制作有一定的困难，而且从学院这边快递出去，也没有这么多的发心人员。所以，希望全国各地的道友先自行想办法请购。

但是，你们也不要过于着急。我听说现在成都武侯祠等很多地方，所出售的一些转经轮里并没有装观音心咒，只是装了一些泡沫，很多人请完才发现自

已上当了。还有些地方的转经轮价钱太高了，小小一个就卖七八十块钱。对于这类情况，希望大家留心观察。

总之，你们自己想办法请购，应该相对方便一些。我们这里要提供的话，确实有非常大的困难，以后因缘具足时，再创造条件方便大家。

⊙ 问：什么日子供灯最好？

堪布：每个月的初八、十五、三十都比较殊胜。平时也尽量不间断地供灯，这样有很大的功德。

⊙ 问：佛经中经常说人身难得，但在一些催眠实验中，有的被催眠者能回忆起自己多次转生为人，这是否说明人身很容易得？

堪布：所谓人身难得，是指特定的人身，并不是指有些众生死后很快又获得的普通人身。

佛经中讲的人身难得，是指具足十八种暇满的珍宝人身，这种人身并不容易得到。

⊙ 问：我想种花，但听说修行人不能无意义地随便开挖土地，请问该如何抉择？

堪布：一般来讲，修行人确实不能随意挖掘土地，这是释迦牟尼佛在《毗奈耶经》中宣说的。

如果你真的想要种花，或者做一些有意义的事情，那应该一边忏悔，一边作意种花是为了供佛，以善的发心来摄持，这样也可以。

⊙ 问：佛陀是万能的吗？

堪布：佛陀为众生所宣讲的佛法，是世间上任何一个人绝对说不出的真理，如果我们依之精进修持，就可以断除一切烦恼，直至解脱成佛，这是佛陀是万能的唯一理由。

虽然基督教也承认上帝是万能的，但上帝到底是不是万能的，这个问题在《影尘回忆录》中有解答。有一个基督教徒和倓虚大师辩论，基督教徒说基督是万能的，而倓虚大师说佛陀是万能的。最后的辩论结果是：因为上帝不能让众生做上帝，这一点上帝也无法成办，所以上帝不是万能的；而佛陀是万能的，因为如果所有的众生精进修持佛法，最终都能成就佛果。每个众生本具如来藏，再加上佛陀已经为我们宣讲了断除烦恼的方法，如果所有的众生都依此精进修持，那么最终都将获得佛果。所以，从这个角度来说，佛陀是万能的。

这个道理，大家方便的时候最好看一下《影尘回忆录》。

⊙ 问：我们这儿修净土的比较多，请问修金刚萨埵时，能否将其观成阿弥陀佛？

堪布：在佛经续部中，并没有讲到这种修法。修金刚萨埵时，将十方诸佛菩萨观为与金刚萨埵无二无别，这是可以的。把他单独观想成阿弥陀佛，应该没有过。

⊙ 问：可以将上师观成金刚萨埵吗？

堪布：可以。

⊙ 问：什么是声明学？

堪布：在藏传佛教中，有专门学习古印度梵文语法的一门学科，类似于现代的语言学，这就是声明学。

学习声明之后，在遣词造句、著书立文、语言交流方面非常有用处。但是现在藏传佛教中，学习声明学的人不是特别多，最多就是学习一些藏文的文法基础。

◎ 问：如何遣除家人对自己修行的阻碍？

堪布：具体方法，需要根据各自的情况来确定。

在修行过程中，我们每个人都会遇到违缘和障碍。遣除的方法，一方面要好好地祈祷十方诸佛菩萨，祈祷自己的根本上师；另一方面，自己的道心一定要坚定，如果信心不坚定，恐怕很难遣除修行过程中的种种违缘。

◎ 问：有些出家人因犯错误而被开除，这时候有人说他的过失，会有怎样的后果？

堪布：佛经中有讲，即使出家人犯戒甚至被僧团开除，在家人也不能毁谤。当然，你不供养他或者不尊他为师，这是允许的，但凡是穿着释迦牟尼佛袈裟的人，我们最好不要随便说他的过失。

如果他有些行为真的不如法，你可以通过一些途

径来反映，这是可以的。但是，如果以自己的不清净心来观别人的过失，这有一定的罪过，不太合理。

⊙ 问：我们最近在开展创建卫生城市的工作，整个城市都要达到卫生标准，不得不杀一些生，应该怎么忏悔？

堪布：这个只有念金刚萨埵心咒或百字明来忏悔了，除此之外，可能没有更好的办法了。

⊙ 问：皈依后，只依靠念咒、念佛或转转经轮，能否成就？

堪布：这个要看你自己的信心。

⊙ 问：您能不能亲自来给我们讲法？

堪布：你们通过光盘听受，跟我亲自去讲没有什么差别。

◎ 问：听说依止上师之前，要观察上师是否具有功德，但有些功德我们又看不到，怎么办呢？

堪布：那就应该在比较长的时间中，反反复复地去观察。有些上师的法相，短时间内的确很难看得出来。

关于上师的法相，无垢光尊者在《大圆满心性休息大车疏》中也说了，在末法时代，一位上师要具足所有的法相，这是很难得的，但是最根本的几条必须具足，比如具有智慧、大悲心、行为清净、戒律清净等。因此，将经论学习和实际观察结合起来，应该可以找到一位很好的上师。

◎ 问：电动转经轮和手摇转经轮，哪个功德更大？

堪布：我个人认为，手动的转经轮功德更大一点，因为需要自己亲自摇动。但是电动转经轮，我们

也要交一些电费，这样肯定也有功德。

佛经论典中有说，转经轮分为好几种，有水转经轮、火转经轮等。现在的电动转经轮，应该是利用地、水、火、风发电而转动的，因此是有功德的。

有些细微的因果，只有佛陀才知道，我只不过是用比量来推测而已。

◎ 问：我在湖南开了一间茶楼，原本是想卖茶叶、推广茶文化，但是开业后一看，喝茶的人很少，打牌赌博的人很多，茶楼几乎变成赌馆了，不知道该如何取舍？

堪布：这个问题不是很好回答。但是我想，如果你的发心不是为了赌博，也不是为了做坏事，只是想要维持生计，并且想让其他人对三宝生起信心，可能问题也不是特别严重。

对于在家人来说，有些生意可能不得不做，但

是在做的过程当中，自己的发心还是很重要的。一方面，我们要确保自己的发心不是想害他人；另一方面，自己最好还是要逐渐转变，不要让茶楼沦为赌博的场所。当然，要想一下子转变很困难，但也要尽量想办法解决。

◎ 问：我接了一些密法，但有些本该每天念诵的咒语，忙起来会有间断的情况，这会不会违犯密乘五根本戒中的“不间断修行”呢？

堪布：如果两个月之内一点不修的话，会损害到这一誓言。不过一般来讲，如果自己心里没有想舍弃修法的念头，也不是特别严重。但还是尽量不要间断，每天再忙也要念一点咒语，这应该不是很困难。

◎ 问：念咒一定要出声音吗？

堪布：不一定要念出声音，默念也可以。

◎ 问：如何去除魔障？

堪布：很多传承上师的教言中说，修行人经常会遇到一些外魔、内魔、密魔等各种魔的干扰，如果能够一心一意祈祷莲花生大士，就能消除一切违缘和魔障。因为在遣除魔障方面，莲花生大士的确有不共的威力。有些传记中说，只念一句莲花生大士的名号，就等同于数劫当中念诵三世诸佛的名号。所以，我在这里给大家念一下《金刚七句祈祷文》和莲花生大士的心咒。

（堪布念传承）

今天下午我看了一张光碟，内容是一位上师在印度莲花湖传讲佛法。当年，萨霍国王想要把莲花生大士烧死，结果不但没有烧着，火海反而变成了莲花湖，在现在的印度北方。然后我又看了一遍《莲师略传》，这是当年法王如意宝朝拜莲花湖时，自然唱出的金刚歌，也就是莲花生大士的略传。

不管是学显宗还是学密宗，大家都应该祈祷莲花生大士，因为莲花生大士可以遣除我们的外、内、密的魔障。在藏传佛教的历史上，有很多修行人通过祈祷莲花生大士，令自己一生的修行非常圆满、非常顺利。

◎ 问：密法中说，有些人在六个月中即可得到解脱，请问是成就佛果还是获得其他境界？

堪布：这个要看个人的根基。有些修行人仅仅六个月，就获得了圆满正等觉的果位，有些则获得不同程度的证悟。

◎ 问：在观无常的时候，产生一切都是无常的感觉，这有什么意义？

堪布：大圆满共同外前行的修法，主要是为了让我们生起出离心。如果有了无常观，自然会有一种紧迫感，而有了紧迫感，就会精进学习佛法。

在修人身难得、寿命无常等共同四前行的基础上，接着修习五加行就会非常稳固。因此，观修生死无常非常重要。

◎ 问：为什么众生还在轮回中受苦，而佛却圆满了六度？

堪布：众生受苦的原因，是因为没有通达如幻如梦的境界，而佛陀了达万法都是心的幻现，证悟了远离一切戏论的境界。

◎ 问：理解、觉受和证悟是否有差别？

堪布：这三者是有差别的。一般在凡夫地的时候，只是在文字上有点理解；在资粮道和加行道的时候，会有一些觉受；到了一地菩萨时，才真正证悟法界本性。

所以，不管在显宗还是密宗当中，这三者都是有

差别的。

⊙ 问：心不分别，自然安住觉性，这种修行方式正不正确？

堪布：从实相的角度来讲，这样是正确的。但如果我们没有通达这种境界，只是口头上说一说，也不一定起作用。

⊙ 问：百字明的仪轨，能不能用汉文版？

堪布：可以。

结语

每次的问答交流环节，确实很有必要。因为佛法是一种智慧的教育，大家有什么问题，直接摆在桌面上探讨，如此一来，就能遣除很多疑惑。

但是，有些道友提出问题，我回答过后，他就忘光了，这是比较大的一个毛病。我想，即便我的回答不准确，也有引发进一步思考的价值。因此，希望道友们能把听到的回答记录下来，然后思考一下有没有道理，这是你们以后需要重视的事情。

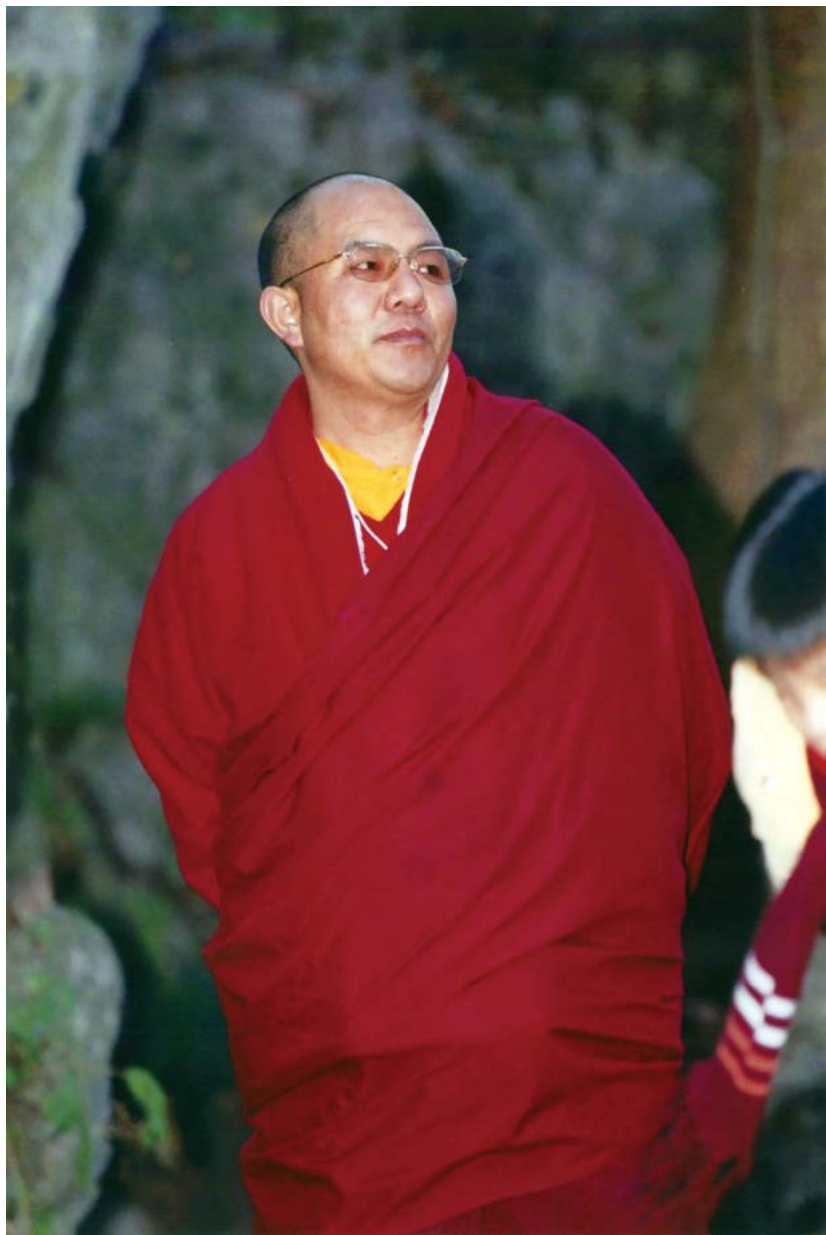
比如，某城市中有一位道友，就一个问题反反复复地提问两三次。上次我去，他提这个问题；这次我去，他又提这个问题，这说明没有重视之前的回答。

以前法王如意宝去美国，当地的很多佛教徒都是一边提问，一边拿笔记录。上师答完了，他也记完了，然后他再回去好好思考，这是比较好的一种传统。希望你们以后也记录下来，自己反复去思维。

现在，我们一起共同发愿回向，将今天所造的善根及三世所造的一切功德，都回向给天边无际的一切众生。大家在一起听法、探讨法义，这肯定有很大的功德。佛陀在佛经里面讲了四种“不可思议”，其中

一个就是思维佛法的功德不可思议。我以前讲《金刚经》的时候，也引用过这个教证。

在座各位今天相聚于此，没有别的目的，就是为了学习佛法，这是我们共同的目标。



《无常道歌》讲解

2007年4月15日

今天，给大家传授的是法王如意宝造的《无常道歌》。

在学佛的过程中，学习无常、观修无常非常重要。《涅槃经》中说：“一切众生迹中，象迹为上，是无常想亦复如是，于诸想中最为第一。”意思是说，所有的脚印当中，大象的脚印最殊胜；所有的观想当中，无常的观想最殊胜。

现在世间很多人整天忙着生活、忙着家庭，他们并不知道自己的生命到底还有多久，也不知道如何应对死亡。虽然我们已经学佛了，但如果无常观修得不好，学佛始终明日复明日，最终也得不到什么结果。

一个殊胜的缘起

大家应该清楚，所有藏传佛教和汉传佛教的高僧大德，都极其重视无常法门。法王如意宝的著作当中也有许许多多的道歌，但其中最殊胜的就是《无常道歌》，老人家在世时曾给我们传过很多次。

1987年法王如意宝率众朝拜五台山时，最先让我给汉族弟子传的法，除了《佛子行》以外，就是这首道歌。当时，我对汉传佛教的很多名词还不熟悉，但也依教奉行，想尽一切办法翻译，应该是一个殊胜的缘起。

1987年到现在，刚好20年了。那个时候，很多藏传佛教的大德跟汉地的修行人基本没有结过缘。但依靠法王的发愿和缘起，现在不管是藏传佛教的高僧大德还是普通出家人，在汉地各大城市已经是遍地开花。

对我个人来讲，刚来学院时就对《无常道歌》特别有信心，再加上五台山的殊胜因缘，因此我今天想给大家念一下《无常道歌》的传承。其实，佛法传承的加持力不可思议，为了得到这些妙音，我们也经常前往很多地方去求法。

《无常道歌》大概有三十二个偈颂，我本来想把每一个偈颂都给大家详细讲一下，但后来觉得学院的一些法师已经给大家讲过，网上也有相关的资料，所以我不详细解释了。最近学院修建大经堂等事情比较多，我又在翻译好几本书，而且还要传讲《入行论》《量理宝藏论》等，每天都有很多事情要做。但不管怎样，抽出时间给大家传一些法，这个还是很有必要的。虽然我讲得并不好，但是在法王如意宝面前的确得过很多珍贵的佛法传承，所以念个传承还是有信心的。

抓住机遇闻思佛法

自从去年我们开设《大圆满前行》的网络学习以来，大多数道友不再像世间人那样，每天在网上无意义地聊天，看一些不清净的东西，最后自相续中生起贪心、嗔心等烦恼，而是很系统、很认真地学习了一百多堂课，非常值得随喜！

过段时间，《大圆满前行》的学习就要结束了，预计五一期间，我们会举行一次考试。学完一部论典之后，通过考试可以了知自己的智慧如何，希望大家都能积极参加。当然，考试的目的，并不是为了得到高分，收获一些赞叹，而是为了让自相续中的信心、悲心、智慧等功德越来越增上。

这一阶段的学习结束之后，我们还会继续给大家提供一些以前讲过的佛法，以及现在正在传授的法。我们会尽可能为大家提供学习的方便，希望你们也能

好好利用起来。

其实，你们在网上听与不听，对我个人来讲是无利无害的。但我想，我毕竟受过佛学院的教育，也得过很多佛法传承，而你们现在到寂静处或者寺院里去学习，这种机会有没有呢？你们也心里有数。正因为这样，现在国内外的很多大德、道友都非常感谢如今发达的网络时代，我也是这样想的。不然，像今晚这样跟这么多的道友交流佛法，在过去来讲是根本不可能的事情。而现在，依靠诸佛菩萨的加持，让大家能在不同地方听受真正的佛法，然后你们有什么问题、想法，我们也可以了知，这中间的方便方法就是科技。

但是，科技也有两面性，大家千万不要用它来毁坏自己的今生来世。如果你经常在网上看不清净的东西，或者整天玩网络游戏，进行无意义的聊天，这些都是在毁坏自己的暇满人身，浪费自己的时间和精力。

力，除此之外没有任何用处。相反，如果能够利用网络来学习佛法，以此断除自相续中的怀疑，增长信心、悲心、智慧等功德，这是非常有价值的。

在学习佛法的过程中，如果没有互相沟通、互相交流，很多疑惑可能没办法自己解开。藏传佛教中特别伟大的萨迦班智达说过：“如果没有通过提问和辩论，我们很难发现自己的智慧如何，如同鼓不敲就发不出声音一样。”所以，在繁忙的工作和生活中，大家依然抽出时间来学习佛法，这也是一种殊胜的因缘。

虽然我的事情比较多，身体也不太好，这里的气候也不像你们那里春光明媚、鲜花盛开，到现在冰雪都还没有融化，外面也有很多灰尘，而且菩提讲堂离我家比较远，走路要花很长的时间，尽管如此，每天坚持讲课让我觉得很值得，这样做只是为了让更多人了知佛法，而不是为了世间的名声、地位、财富等

等。每次来的路上，我心里都在想：我今天讲法，哪怕只能在一个人的相续中种下善根，我也心甘情愿！

今天是星期天，大家本来应该在家休息，好好地睡个懒觉，或者舒舒服服地躺着，这样的生活也比较令人羡慕。但是我想，我们的人生不知道还有多少时间，所以一旦有好的因缘，大家一起交流佛法还是很有必要的。作为凡夫人来讲，我确实发了比较大的心，你们也克服了一些困难。其实，如果真的对佛法有信心，就应该做出一些努力，否则修行的境界不可能增上。

时时刻刻观修无常

接下来，我先用藏语念一下《无常道歌》的传承，大家听着就可以。按照藏传佛教的传统，任何一个法，有了传承以后，加持是完全不同的，就像受戒也需要传承一样。因此，大家以后一定要重视传承。

（堪布念传承）

《无常道歌》里面讲了，万事万物都是无常的。比如说现在的所有人，包括今晚在座的各位道友，再过一百年基本上都会离开人间。当我们离开人间之前，如果没有懂得一点佛法，没有发菩提心，没有好好发愿，那可能生生世世都会继续漂泊在轮回当中。因此，我们一定要时时刻刻观修无常，这样修行才会成功。

观修无常的教言，《大圆满前行》《大圆满心性休息》以及《山法宝鬘论》《开启修心门扉》中都有提及，此外其他高僧大德所写的、所翻译的书中也有很多。

总之，大家应该这样想：我活在人间的时间不一定很长，趁现在还有稍许自由的时候，我一定要珍惜这个人身，一定要发无上的菩提心！这种正确的人生观，对我们每个人来说都非常重要。

虽然我很忙，但是只要有时间，就会把法王如意宝著作中具有加持的仪轨和道歌，以及一些经典的传承念给大家，这样慢慢积累起来，你们得到的就会比较多。

现场互动

⊙ 问：念佛诵经后，按汉地那样回向可以吗？

堪布：可以。

⊙ 问：我既学藏传佛教，又学汉传佛教，比如经常念《金刚经》等，这样会不会太杂了？

堪布：这些我们都可以学。汉传佛教和藏传佛教虽然在见解、修行方面有一些不同的观点，但究竟而言显密佛法都是圆融无违的，这一点我在讲其他论典时也提到过。

因此，不管我们念什么经，都可以得到加持。尤其是汉传佛教中的《金刚经》，加持力非常大。

⊙ 问：《菩提道次第广论》里讲的“清净教授”

是什么意思？

堪布：一般来讲，具有法相的善知识在了悟佛教的义理之后，为他人直接讲解开示，这就叫做清净教授。

⊙ 问：是不是没有生起出离心，就不能生起菩提心？

堪布：一般来说，没有出离心确实不能生起菩提心。但出离心也分几种，比如发愿说“我从现在开始向往解脱，不再把名闻利养放在首位”，这种发心属于凡夫人的出离心。

我们学佛的目的，应该是为了从三界轮回当中获得解脱，而不是为了今生升官发财等等，有了这样的出离心之后，才能进一步发起菩提心，愿一切众生都获得解脱。

⊙ 问：看战争片或战争报道是否有过失？

堪布：如果不是为了利益众生或者弘扬佛法，而是以一种喜爱之心，对战争本身感兴趣的话，那会在你的阿赖耶识里种下杀生的种子。

⊙ 问：为了风水好，把佛像埋在土里可以吗？

堪布：这种传统是没有的，我觉得不应该这样做。

如果你是伏藏大师，可以将佛像交付给土地神或护法神，这个传统确实早就有了，但一般人可能没有这种修行境界。另外，在战争年代里，为了保护佛像，有些人暂时会把佛像埋在土里，以后方便的时候再挖出来供奉。除了这两种情况以外，一般不会把佛像埋藏起来。

⊙ 问：往生被能不能随着尸体燃烧或埋葬？

堪布：一般来讲，都是可以的。

⊙ **问：**按照宁玛派的传承，应该如何上香、磕头？

堪布：跟其他传承是一样的。

⊙ **问：**洗脸洗手时念什么咒语比较好？

堪布：可以念金刚萨埵心咒。

⊙ **问：**组内师兄的上师来到小组，希望我们捐款修建佛塔、对他做供养等，这种情况应该怎么处理？

堪布：我们成立学习小组，目的不是为了让你们供养财物，也不是为了做其他形象上的事情，包括学院的任何一件事情，我都没有以任何名义来让你们捐款。

如果是个人行为，我们也不会进行遮止，但如果要小组集体捐款或者做一些其他事，就必须先经过我们的同意。成立学习小组，是为了道友们能够在当地学习佛法，组长们也只有组织大家一起闻思修的权力，其他方面没有权力。因此，希望大家本着弘扬佛法和闻思修行的原则行事。

◎ 问：我们用的转经轮有点噪音，应该怎么办呢？

堪布：这个问题不大，因为各个厂家的工艺不同，有些质量好一点，有些质量差一点。但不管怎样，使用转经轮的功德非常大。

◎ 问：听说有些转经轮里没有装心咒，不知道该怎样请？

堪布：你们买的时候最好打开看一下，看里面是否有如法装藏的经文。

⊙ 问：念咒的时候，是我们的信心在起作用，还是佛菩萨的加持在起作用？

堪布：咒语是诸佛菩萨的真实语，本身有着不可思议的加持力。

当我们念诵咒语的时候，诸佛菩萨的加持力、咒语的法性力以及我们清净的信心力，这三者因缘聚合时，力量是非常大的。

⊙ 问：出离心是否就是厌世心？

堪布：出离心与厌世心既有相同的地方，也有不同的地方。

相同之处，出离心是对整个轮回有一种厌离感；而厌世心是在生活中遇到困难或者家庭遭遇不顺时，对这个世间有一种厌烦心。

不同之处，厌世心没有什么目的，只不过是对于这

个世间很不满；而出离心是认识到整个三界轮回没有任何意义，进而产生一种想要解脱的心。当然，这种心还要通过闻思修行和祈祷上师三宝来加以稳固。

⊙ 问：意乐是什么意思？

堪布：所谓意乐，就是我们的心态、意识。比如，我心里产生一种对上师三宝的信心，这在佛教里叫做意乐清净。

⊙ 问：有些人比较不听话，那还应该帮助他们吗？

堪布：作为大乘佛教徒，如果看到别人正在遭受痛苦，应该尽心尽力地去帮助。当然，帮助别人也要有智慧。

有时候，我们会认为有些人可能不需要帮助，或者说的不应该帮助，其实这种想法是错误的。不管他

是什么样的人，只要我们能帮得上，就一定要发心帮助，这才符合大乘佛教的思想。

因此，哪怕只能帮助到一个人，只能做一点点的事情，也是值得赞叹的。前两天，我在《入行论讲解》的法本上题了一段词，内容是：我们应该每天为众生做一件小事，这样的人生才有价值。我一直认为，别人的想法并不重要，能帮人的时候尽量帮。

⊙ 问：学习显宗的修行者应该如何修持上师瑜伽？

堪布：在汉传佛教中，没有必须修上师瑜伽的说法。但在藏传佛教中，各个教派都有不同的上师瑜伽观修仪轨。

⊙ 问：我身边有些信仰其他宗教的人，总跟我说信佛教就得下地狱，问我选择上天堂还是下地狱，请问如何面对这种情况？

堪布：在这个世间，佛法是最殊胜、最稀有的珍宝。没有信仰佛教之前，很多人可能并不知道这一点，也不懂得什么是毁谤与邪见，直到进入佛门以后，才知道自己以前的知见是不对的。因此，有了正确的信仰、信心以后，自己应该认认真真的对待。

关于上天堂，一般来讲不应该这样发愿，因为天堂实际上也只是世间的人天福报。我们在讲“三士道”时说过，希求人天福报对应的是小士道的发愿，连唯一希求自己解脱的中士道都不如。作为佛教徒，我们应该为了利益一切众生而发菩提心，这才是大士道的发心。

◎ 问：既然人生是如梦如幻的，那我们人是实有的还是虚幻的？

堪布：除了人以外，哪有所谓的人生呢？所以，既然人生是如梦如幻的，人肯定也是如梦如幻的。《般

若经》中说：“一切法如梦如幻，涅槃亦如梦如幻，较涅槃有胜法者，此亦如梦如幻。”意思是说，一切法都是如梦如幻的，涅槃也是如梦如幻的，如果有超越涅槃的法，也是如梦如幻的。

我最近刚翻译完的《大圆满虚幻休息》中讲到了八种幻化喻，即如梦、如幻、如阳焰、如水月、如乾达婆城等。所以，如果你们真的想要深入了解人生如梦如幻的道理，可以多看一下《大圆满虚幻休息》。

◎ 问：请您传授《极乐愿文》的传承。

堪布：法王如意宝在世时，经常会念麦彭仁波切所造的《略极乐愿文》。这个愿文也收录在《喇荣课诵集》里。

如果你们没有时间念长的《极乐愿文》，可以念这个《略极乐愿文》，希望大家以后经常念诵。

（堪布念传承）

⊙ 问：什么是了义法？

堪布：了义法是佛陀为众生宣讲的最深、最究竟的法。在修行过程中，我们一定要寻求了义法，因为按照佛教“四依四不依”原则，其中一条就是不依不了义而依了义。

⊙ 问：金刚萨埵和金刚持是什么样的关系？

堪布：二者在本体上没有区别，但在显现上有一些差别。

金刚持是密宗中一尊如来的名号，而金刚萨埵是我们平时修忏悔最主要的本尊。

⊙ 问：听说您最近在建一个小学，不知道进展如何？我们也想做一点事情，请问怎样完成这个

心愿？

堪布：我正在发心建造的智悲小学，就在我的家乡炉霍县罗科玛乡，也是我原来读小学的地方。

这么多年来，我可能“睡”着了，不知道家乡变成什么样了。最近我开始“醒”过来了。这个时候再回头看，我的家乡，尤其是我读的小学，发展得非常不好。怎么样不好呢？去年，我回去看了一下，我们那里大概有 1000 多户人家，而现在这个学校里读六年级的有 3 个学生，读五年级的有 4 个学生。

前段时间，我想扩建这所学校。结果到那里一看，教室里就有一位老师在上课，本来他们班有三个六年级的学生，但是当天有一个没来，所以只有两个学生和一个老师在教室里。后来我跟他们开玩笑说：“你们三个人是不是在喝咖啡？”可见，现在那里的教育现状非常可悲！

那里现在大概有 5000 多人，其中在读初中和高中的只有 11 个人，读大学的一个也没有。因为那里是牧区，生活条件很差，很多人并不懂得读书的重要性。

我自己以前也是在这种环境里成长的，现在这个学校依然破破烂烂，所以决定发心扩建。前段时间，我们在当地政府办完了相关手续，现在正准备修建，可能明年八月之前修好。

一旦开始做事，就会发现有很多事情需要做，也会面临一些困难和阻碍，但我相信慢慢都会好起来的。

关于学校的一些具体情况，大概一个月后会在智慧佛网上说明。

◎ 问：我们这边有一种特别好的材料，是用麦秆做的，可以防水防火，很适合在高原地区修造建筑，请问需不需要这种材料？需要的话，我们应该找

谁对接？

堪布：确实需要建筑方面的材料。老师和学生的宿舍，现在已经在修建，但其他地方的材料可能不够，如果你们能够提供方便，真的非常感谢。

至于具体的事宜，我现在在负责学院大经堂的修建，同时还有很多其他的事情，到时候你们可以和学校那边的工程负责人对接。

⊙ 问：我们很想把佛法传播到不同的团体当中，让更多人受益，请问怎样实现这个愿望？

堪布：大家应该清楚，慈悲和智慧是佛教的核心教义。不管是哪一个宗教团体或社会团体，都需要这样的爱和智慧。当然，弘扬的方法有各种各样。

首先，我们要随顺世间，然后再让更多的人了解佛法的真理。要想让别人明白，自己要先了解，如果

自己都没有感受、没有被打动，要说服别人也有一定的困难。总之，佛教的教义非常深奥，大家一定要先好好闻思，然后再到社会当中去弘扬。

像基督教等很多宗教，他们会通过各种各样的方式将自己的宗教弘扬出去。而我们佛教徒，在这方面做得不是特别圆满，很多人在山沟里闻思修行时，只想着自己解脱。一方面这种想法也是对的，我们的确要希求解脱；但另一方面，我们还要努力把佛教的智慧和慈悲传播到世界各地。

◎ 问：对于新入学的学员，可以先让他们学习《净土教言》吗？

堪布：对于新学员来说，先学《净土教言》或者先学《入行论》，都是可以的。

从今年开始，每年八月中旬左右，我们都会举行一次考试。考试的方法，我们也会尽量符合大家的意

愿。后来报名的学员，今年十月份左右进行补考，如果能跟上的话，也可以参加八月份《入行论》前六品的考试。具体安排现在还没有定下来，到时候相关人员会和你们协商。

◎ 问：有些经论中说，身体是四大组成的粗大色法，而心是非无情的明清之法，请问应该如何理解？

堪布：简单来说，身体是无情法，而心是有情法，是明清之识。这一点按照唯识宗或中观宗的观点，都是可以成立的。方便的时候你们可以看一下《入行论》的第三品，还有《俱舍论》的第二品，里面都有讲到这个问题。

◎ 问：最近一段时间，我们这里经常来活佛传法，去的话就要耽误《入行论》的课程，不去又不好意思，请问应该怎么做？

堪布：现在很多人喜欢接待所谓的上师和活佛，如果是真正的具德善知识，依止也没有什么不可以的。但一般来讲，我希望学会的道友不要组织大家到处跑，这不是创建学会的意趣所在。

我们创建这个集体，是为了在共同闻思修方面发挥一定的作用，至于其他的事情，我也不方便评价。你们应该运用智慧和所学到的大乘教言来进行取舍，这一点非常重要。



《怀业时语》讲解

2007年5月13日

今天是母亲节，是一个很好的日子。世间人所谓的母亲与大乘佛教中提到的母亲，意义有所不同。因为对于发了菩提心的人来说，要将所有众生看成自己的父母。事实上也的确如此，一切众生都曾做过我们的父母。

认真发愿，认真考试

在这么好的日子里，我们应该共同发一个愿，什么样的愿呢？现在人与人之间的关系变得越来越复杂、冷漠，为此大家应该以慈悲心，尤其是以大乘菩提心来对待所有的众生。

现在，大家跟我一起发愿：从今天开始，我们要度化无量无边的老母有情！发这个愿只需要几秒钟，但它在我们的相续中的力量是非常强大的。

我们要从内心深处想，从今天做起，从现在做起，尽心尽力地度化无量众生，这是每一个佛教徒不可推卸的责任。

下周，我们会举行《大圆满前行》考试，希望大家不要错过这个机会。通过考试，才能巩固和加深自己学到的知识。另外，我们也想了解一下你们的学习状况。

我非常希望你们参加网络佛学院以后，对自相续的改变能起到一定的作用。这样的话，一方面可以提升我的信心，以后尽量通过不同方式来跟大家结缘；另一方面，对你们来说，到寂静处闻思修行，或者去佛学院就读，即生可能没有这样的机会，所以，通过网络学佛而得到一些收获，才算没有浪费这个难得的

机会。

我知道你们工作很辛苦，生活琐事也比较多，但现在依靠网络的方便方法，每位道友都有了闻思修的机会，而且还可以参加网络考试，希望大家能够认真地对待。

讲解《怀业时语》

《怀业时语》是法王如意宝在 2000 年所造的一个非常殊胜的教言，以前我们学院的有些堪布也给大家讲过。下面，我先念藏文传承，然后做一个简单的开示。

（堪布念传承）

首先，法王如意宝顶礼一切智慧的主尊——文殊菩萨。其实，文殊菩萨就是我们心的本性。但愿在座的所有道友，都能通过上师的窍诀和自己的信心真正

认识到自心的本性，那时你就面见了真正的了义文殊圣尊。

接下来，法王说具足三学功德和三种信心的善缘道友，请你们聆听这位发心清净、修行有经验的老人的教言。老人，指的是法王老人家自己，教言一共有五条。

1. 积累资粮，净除罪障

第一条教言，法王说我们以各自前世的殊胜发愿力，以及特别清净的善业力，现在才能聚集在一起听受佛法。在拥有这么好的因缘时，我们务必要发一个大心。什么大心呢？我们要生生世世追随传承上师，自由自在地享用正法，永不舍弃菩提心，度化无量无边的众生。而想要将来师徒一直不分离而共同趣入菩萨道中，那就要每天积累资粮、净除罪障。

对于以前自己所造的罪业，一定要精进忏悔。有些教言中也讲了，即使造了很大的罪业，但如果我们真正忏悔的话，最后感受的果报也比较轻，所以不会有很大障碍。大家不要认为自己修行很好，境界很高，不需要进行忏悔。这种想法是不合理的，应该先认清自己的烦恼和业障，之后精进忏悔、积累资粮。

2. 不偏自宗，勿毁他宗

第二条教言，不要毁谤他宗，尽量观清净心。也就是说，我们不能太偏执自己的宗派、上师、学习小组，等等。如果过于偏袒自宗，进而舍弃、诽谤他宗，最终会彻底毁坏自他的善根。

对于自己有缘的宗派，不管是宁玛、噶举、噶当等任何一个教派，都应该精进修学，除此之外对其他教派要观清净心。

3. 以平等心维护一切众生

第三条教言，三界轮回中的一切众生都曾做过自己的父母，我们应该以大慈大悲之心来爱护他们。不应过于贪执自方而嗔恨他方，世间人经常说“这是我的民族”“这是我的亲人”，或者“那是他的民族”“那是他的宗派”等等，如此贪自嗔他是不合理的。另外，我们还要发愿成为救度一切众生脱离轮回苦海的大商主。

总而言之，就是以自他平等的原则维护一切老母有情。

4. 永远不舍弃高尚行为

第四条教言，世间法和出世间法的根本就是利他心。如果没有利他心，一切世间出世间的功德都无法圆满。因此，我们一定要远离无惭无愧、舍弃以狡诈

行为欺骗众生的做法，受持高尚清净的行为，想方设法让我们的善心越来越增上。

5. 修持怀业，发愿往生

第五条教言，我们要多修怀业，也就是多念《大自在祈祷文》、观音九本尊心咒等，如此可以让自他的相续得以成熟，通过怀业摄持让有缘众生往生极乐世界。

当然，我们还要精进学修净土法，并共同发愿离开娑婆世界，前往极乐刹土。

以上这五条教言，归纳起来就是：

一、积累资粮，净除罪障。

二、不偏自宗，勿毁他宗。

三、以平等心来维护一切众生。

四、永远不舍弃高尚的行为。

五、修持怀业，发愿往生极乐世界。

教言的最后，法王如意宝以造此《怀业时语》为主的一切善根，回向所有众生速疾圆满断证功德而成佛。

我们心里也应该这样发愿：从现在开始，我一定要利益众生！而利益众生的话，最初要发菩提心，中间做利益有情的事情，最后将所得的一切善根回向给所有老母有情，这就是大乘佛子的行为。

依教奉行，实地修持

前面的开示，虽然只有短短十几分钟，但如果你真正依法修持的话，自相续一定会得到利益。为什么呢？因为高僧大德们的金刚语，尤其是法王如意宝教言的加持不可思议。现在再看真的觉得非常难得。以

前法王在世时，我总感觉随时能够得到上师的教言，但现在才发觉自己虽然依止了这么多年，但好像并没有完全了知上师的密意。

即生当中能够遇到这么殊胜的佛法，的确是非常难得的机会。虽然每个人都会在工作中和生活中遇到各种困难，继而产生各种烦恼和痛苦，但如果自己是一个真正的佛教徒，应该可以轻松地面对这些，给自他带来利益和快乐。

我始终认为，佛法的加持非常不可思议，也希望所有人都能获得这种甘露。当然，每个人的缘分不同，信心也不同，能长期坚持闻思修的人，在当今时代中实属罕见。为此，我才反反复复地说，学习佛法要细水长流，不要刚开始听几次，之后就消失得无影无踪。很多人只能保持三分钟的热度，这样成办不了任何事情，一定要有一种长期的精进心。

从表面上看，法王的教言只有几个颂词，好像

谁都可以写出来，并没有什么特别，但如果从它的深度和广度来看，可以说是八万四千法门的总集文。因此，我们一定要将法王的这些教言牢记心间。

现在的社会竞争十分激烈——不管是世间方面还是出世间方面，在家居士们都没有充裕的时间用于学习，而法王的这些简单教言，可以帮助我们解决很多问题。

如果有机会的话，大家最好是广闻博学，多学一些大经大论；如果没有机缘，也没有时间，那一定要多学窍诀性的教言。学习之后，自己要认真地思维法义，并经常将其与自相续对照、结合，这样行为也会变得越来越如法。

其实，如果这里没有殊胜的佛法，我也不想待在天气严寒的雪域高原，但这里确实有非常纯洁、非常清净的正法。所以，有时候也不想待在红尘当中，想尽量待在寂静山里，虽然这里生活条件比不上

大城市，但对内心清静却有一定的帮助。

在此，我想给大家提出两点希望：第一，以后要尽量广闻博学，毕竟佛法浩如烟海，不可能听三言两语就通达了，一定要通过长期的闻思才能改变心相续。第二，作为一个聪明且具有殊胜缘分的弟子，上师所传的窍诀性教言，我们一辈子都不能忘记，而且要用来好好地指导自己的生活和修行。

放生与社会慈善

我今年在上海的时候，在有些开示中也提到了，从现在开始，就像十几年前我与许多道友发过的愿那样，我们一定要提倡放生。这十多年以来，大家也的确全力以赴，救护的生命不计其数。当然，我个人的力量非常微小，这个成果主要来自上师们的加持、道友们的帮助以及十方信众的支持。

在放生方面，以喇荣五明佛学院为中心的很多高僧大德的发心力、三宝的加持力、无欺因果的法性力，种种因缘集聚以后，如今在国内外的很多地方，放生已经成为人们生活中不可缺少的一环，这一点值得所有佛教徒发自内心地随喜。同时，希望大家以后也能一如既往地坚持下去，将处于屠刀之下的可怜众生救护出来。这个发心，我想你们不会轻易放弃，我个人在有生之年也不会放弃。

在社会慈善方面，我们可以看到，其他宗教人士非常重视公益慈善事业，尤其是公益教育，以此也赢得了社会各界人士的认可，这对他们的宗教在社会中生存起到非常大的作用。而我们许多佛教徒，虽然口口声声说学佛是为了度化一切众生，但在实际行动上好像还不如其他宗教人士。

每次提起这个话题，我自己也很惭愧。但不管怎样，我们身边有很多孤儿、病人、残障人士以及孤寡

老人，为了这些可怜的众生，即便失去自己的名声，花费很多时间和精力，对于发了大乘菩提心的人来说也是值得的。因此，从今年开始，不管别人说什么，我们都应该坚持做一些慈善。

我们每个人还是要思考一下，以什么方式来度过自己短暂的一生。对于长期在这里求学的我来说，有想过找一个清净的地方闭关实修，也想过到处去弘法利生，不过很多事情只是在心里想一想，真正去做的话，有时也是人在江湖、身不由己。但我只要活一天，就要为身边的可怜众生做一点实际的事情。

有些事情，如果现在不去做，以后可能就没有机会了。而且奉献爱心，不一定要有特别大的力量，哪怕是一个微笑、一句安慰，或者是扶老人上车，也会让我们成为一个有爱心的人。所以，我在这里也合掌祈请大家共同发愿：从身边的小事做起，做对众生有意义的事情。

在利益众生的过程中，可能会遇到各种各样的磨难，甚至会牺牲自己的生命，对于这些我们要修习安忍。大家应该想一想，我等本师释迦牟尼佛在因地时，为了在一个众生的相续中种下菩提善根，发了何等的大心？所以，一方面我想祈请所有的四众道友共同发愿利益众生，另一方面我自己也想做一点事情。虽然我的能力有限，但也愿意从身边的点点滴滴做起。希望你们也能根据自己的实际情况去帮助众生，最好亲自去做，如果实在脱不开身，也可以通过其他方式去护持。

作为发了大乘菩提心的人，应该用实际行动来帮助周围的可怜众生，这一点在当今社会尤为重要。前段时间我也讲过，佛教徒要通过什么方式在社会人群中弘扬佛法，并让佛法长久住世呢？需要获得社会的尊重和认可。而要实现这一点，就要用实际行动为众生做好事。

在做事情的过程中，我们千万不要搞自我宣传，或者有其他目的，这样不但上师三宝不会加持，自己的良心也会受到谴责。如果问心无愧地真正帮助众生，即使困难重重，也值得去做。因此，希望大家发无上殊胜的菩提心！



现场互动

◎ 问：圣者到底能不能代众生受业？如果可以代受，诸佛菩萨为什么不把所有众生的业都代受了？

堪布：按照佛教的有关教言来讲，有些高僧大德、诸佛菩萨显现上可以代受众生的业，这是因为他们的加持力不可思议，在这种情况下，可以减轻众生所受的痛苦。

《释迦牟尼佛广传·白莲花论》中讲到，佛陀在因地时曾转生为莲花王，该国的民众普遍得了一种瘟疫病，只有若和达鱼肉方能治疗，而这种鱼当时没办法得到，于是国王发愿舍弃生命，跃入河中变成若和达鱼，让人们割取它的身肉，以此医好了所有人的瘟疫。还有阿底峡尊者的上师达玛绕杰达，为了救人，

把大腿的精肉割下来作为药引，病人因此痊愈。通过这两个公案可以看出，在某种程度上，圣者确实可以代受众生的业，但不是上师所有的病都是在代业。要知道，圣者们的显现背后有不同的情况，佛陀时代也是如此。

虽说圣者有时可以代受众生的业，但不代表全部都可以代受。有些业，必须众生自己感受。比如，我问你：“在世间，领导可不可以帮助监狱里的犯人减刑？”你说：“因缘具足的时候，领导可以帮得上。”然后我接着说：“这样一来，所有监狱里的犯人都不用受罚了，因为领导可以帮忙之故。”对于这样的推理，按照因明逻辑学来讲，这叫做不定因。

总之，因缘具足时，诸佛菩萨可以代受众生的业；因缘不具足时，即使佛陀亲临也没有办法。对有些感受恶果的可怜众生，佛陀也没有办法改变，只能默默地加持，授记未来某某佛出世时，此众生才能得

以解脱，这类公案非常多。

通过因明的推理，我们也可以了知，圣者有时可以代业，但不一定能全部代受，因为需要具足因缘，就像世间领导帮助犯人也需要因缘一样。

◎ 问：在《菩提道次第广论》中，宗喀巴大师曾引用《菩萨地论》的教证说，如果犯了菩萨戒的根本罪，即使可以忏悔清净，今生也不可能获得一地菩萨果位。请问这是了义的说法，还是不了义的说法？

堪布：应该是了义的说法。除了《菩提道次第广论》《菩萨地论》以外，《三戒论》等有关大乘论典中也是这样讲的。因此，我们最好不要违犯菩萨戒的根本戒，如果有所违犯或者经常违犯，虽然忏悔清净后可以重新受戒，但是成就或登地的时间会延长。

◎ 问：如果一个人犯了菩萨戒后，精进地修习密宗殊胜法门，这样会不会有即生获得圣者果位的

希望？

堪布：这要看他的精进力。就密宗的殊胜方便力本身来说，不要说犯了菩萨戒，就算是犯了密乘戒，忏悔清净之后，也有即生成就的机会。

当然，这只是我的一种推理。对于因果的甚深道理，唯有佛陀的智慧才能了知，凡夫人只能凭借自己的智慧进行推断。

⊙ 问：我们寺院每周末都在学习佛法，祈祷上师加持，消除我们弘扬正法的违缘。

堪布：你们做得很好。我也听说了，你们寺院的很多佛教徒，都在精进地学习《入行论》等大乘佛法，希望你们持之以恒。我这边会经常念经和祈祷，希望你们也是如此，我们一起努力！

⊙ 问：对于我们这些法王如意宝圆寂后才开始

学佛的弟子来说，怎样才算是与法王结缘，进而得以凭借法王的发愿力决定往生西方极乐世界？

堪布：按照法王如意宝生前的有些发愿和行持，我们可以推出，与法王结缘，就是要按照法王的教言去实际修持。

至于修持的方法，最好先受持清净的戒律，然后发大乘的菩提心，再念阿弥陀佛名号、往生咒等，并对正法生起正见。如此一来，我认为就是与法王结上了殊胜的因缘。

◎ 问：晚上一直打坐不睡觉，这样可以吗？

堪布：晚上打坐可以，但完全不睡可能不行，可以尽量少睡一点。

◎ 问：我听有些人说众生有三种病，即四大不调病、业障病和鬼神病。现在很多佛教徒遇到鬼神侵

扰时，纷纷找大仙儿帮助，请问这样做如法吗？

堪布：凡夫众生不仅有这三种病，还有最严重的贪嗔痴病，而要对治贪嗔痴的病，唯有依靠佛法的甘露妙药。

关于鬼神侵扰的问题，在佛陀亲自授记的莲花生大士的教言中，就有殊胜的对治法，即一心一意地念诵《金刚七句祈祷文》和莲师心咒。

在修行过程中，我们每个人都会遇到各种违缘和障碍，所以一定要经常祈祷莲师加持！而祈祷莲师的话，念诵《金刚七句祈祷文》非常殊胜。此祈祷文的功德文中说，任何一个修行人，只要一心一意地念诵《金刚七句祈祷文》，就像母亲被独子呼唤那样，莲花生大士一定会来到他面前，为他遣除一切违缘。

因此，不管是鬼神病，还是暂时的四大不调病，乃至世间的各种疾病，依靠莲花生大士不可思议的加

持力，一定能遣除修行上的诸多违缘。

⊙ 问：我现在正在学习您讲的《大圆满前行》，但我很想学习密法，不知道怎样才能学到？

堪布：密宗也有很多层次。如果是密宗历史方面的教言，以及人身难得、寿命无常等《大圆满前行》的一些内容，即使没有得过灌顶，也可以学习和修持，不会有任何过失。而密宗的正行部分，也有不同的层次，想要学习这些就必须经过灌顶，没有灌顶而通过走后门进入密宗正行，这是很不如法的。因此，按照密宗的修法要求，我们不应该错乱次第而修持。

大家应该清楚，藏传密宗与汉传显宗是殊途同归的。所以，我们不能学了密宗以后，就舍弃汉传佛教的显宗，这种做法非常不合理。事实上，我们所学的佛法里，既包括了显宗，也包括了密宗。因此，只学习显宗不学习密宗，或者只学习密宗不学习显宗，都

不是一个完整的修行体系。

作为佛教徒，我们既要学习显宗法门，也要学习和修持密宗法门，这样修行才是圆满的。总之，长期闻思修是不可缺少的，否则短时间内很难掌握佛法的究竟奥义。

◎ 问：现在有些上师传密法时，根本不提需要圆满加行，请问现在听密法还有没有修加行的要求？

堪布：现在社会上有各种各样的说法，比如交一些钱或放一些生，就不用修加行可以直接听密法。他们这样说到底有什么目的，我也不太清楚。但一般人谁都没有权力改变修加行的传统，因为这是藏传佛教诸多祖师们的要求。我们后人随意更改的话，确确实实不符合传承上师们的教言。

因此，希望大家以后不要以各种借口来毁坏这种传承制度，学院也是一如既往地强调次第性修行，并

没有一种超越加行的创新。

◎ 问：我以前做居士时得过一些密法传承，但出家后所在的道场不让学密宗，现在道心有些退失怎么办？

堪布：无论你是出家人还是在家居士，最好不要退失道心。《入行论》中有讲，一旦退失，即生当中很多事情会不圆满，以等流果和异熟果，来世也会不断感受痛苦、生生世世遇不到正法等等，有许许多多的过患。

即便你后来以各种因缘破戒或舍戒了，也要继续如理如法地修持，否则过失可能会更加严重。因此，我们要恒常护持自己的道心。

◎ 问：观修的时候，总是杂念纷飞怎么办？

堪布：有些人刚开始学佛的时候，心态特别着

急，稍微发现自相续有一点分别杂念就特别伤心。大家应该清楚，并不是学佛以后当下就能断除所有妄念，有妄念是很正常的，可以通过各种方式来忏悔。

在修学的过程中，每个人都会有妄念分别，但随着修行的积累，烦恼会逐渐有所减少。而不是今天学佛了，明天就能如如不动，凡夫人很难达到这种境界。因此，大家不要对佛法退失信心。

⊙ 问：通过音像制品，能得到佛法的传承吗？

堪布：严格来讲，可能不行。

⊙ 问：我的上师比较多，教言的侧重点又各不相同，如此我就没办法一一做到，结果没有太大收获不说，还苦恼于有时违背了教言，我到底该怎么办？

堪布：在修学过程中，现在很多人都存在这个问题。

有些人比较善巧，抉择出最重要的上师和最殊胜的法之后，就不断精进地修持，至于其他上师和法门，暂时就不去考虑了。还有一些人，可能信心比较大，对所有上师都想依止，所有法门都想修持。

按照以前高僧大德的教言，如果自己的智慧力和精进力不够，最好不要依止太多上师。不然，上师太多的话，今天见这个上师，明天见那个上师，每一位的要求又都不相同，自己修行也抓不住重点，最后的结果可能是一无所获。

因此，我们要选择一个最殊胜、最适合自己根基的教言长期修行。也就是说，观想其他上师与传授此教言的上师本体无别，都是诸佛菩萨的化现，他们的教言也可以包括在此上师的教言当中。如此则不算违反上师的教言，并且自己也会有所收获。

◎ 问：如何设计自己的佛堂？

堪布：这方面很多道友经验比较丰富，你可以就近问一下，也可以亲自去参观他们的佛堂。就像有些人在做建筑设计时，也会借鉴别人的作品。

⊙ 问：我们小组有一些老年人，虽然闻思方面很精进，但是毕竟年纪大了，还是有点困难。请问他们现在是实修好，还是继续闻思好？

堪布：作为老年人，应该精进地实修，多念阿弥陀佛。与此同时，如果各方面因缘具足，最好是广闻多学。

现在的很多老年人，早年接受佛法教育的机会比较少，所以对佛法的了解并不多，而如今值遇的善知识教言，是摄集了所有大乘佛教精华的窍诀，这个机会非常难得。因此，一边实地修持一边广闻多学，还是很重要的。

⊙ 问：为什么闻思之后，感觉我执反而比以前

更重了？

堪布：这是因为我们以前从来没有观察过自己。没有学习佛法之前，根本不懂什么是分别念和修行，觉得自己做人各方面还不错，后来通过闻思的智慧仔细观察自己的相续，反而觉得我执变重了，或者还会跟金刚道友不合，这种现象是正常的。就像一个没人管的小孩，从不知道自己非常顽皮，只有家长管他时，他才发现自己的行为是不对的。

因此，当我们意识到自己有我执时，一定不要有怯懦心，要让自己变得坚强起来，心里可以这样作意：“我这个人为什么不能闻思！为什么不能断掉我执！”应该有这样一种坚定的信念。

◎ 问：我们这里以前念阿弥陀佛圣号的人比较多，现在让他们念阿弥陀佛心咒会有些不习惯，请问圣号和心咒有什么区别？

堪布：实际上，二者并没有什么区别。如果有些人不习惯念心咒，喜欢念阿弥陀佛圣号，觉得这样比较方便的话，也可以继续念下去。

◎ 问：是不是只要起心动念舍弃众生，就违反了愿菩提心戒？

堪布：一般来说，发了恶愿后才算是真正舍弃愿菩提心。

比如，你发愿说：“从现在开始，我不再度化这个众生，即使有饶益他的机会，我也不会帮助他。”生起这种恶念后，进一步发下这种恶愿，那就是舍弃了愿菩提心。

◎ 问：有的时候会看道友的过失，应该怎么处理这种心态？

堪布：当我们看到身边人的一些过失时，最好是

反观自己的心清不清净。因为事实上，如果我们心清净的话，绝不会看到别人的过失。所以，很多禅宗大德说：“佛看众生都是佛，凡夫看众生都是凡夫。”这句话里有着殊胜的密意。

◎ 问：很难做到安忍怎么办？

堪布：《中观宝鬘论》里面有讲，对于我们根本做不到的事情，诸佛菩萨不会要求我们必须做到。事实上，当安忍心修得越来越成熟时，即使怨敌来杀你，你也会发起善愿并坦然面对一切。

◎ 问：有些公案中说，佛陀时代有出家人违犯了当地的法律后，国王会将其交由佛陀处置，那么佛法与世间的法律是不是矛盾呢？

堪布：在我看来，二者并不矛盾。当时是针对某个人的具体情况，以佛教规则来解决问题，并不是说世间的所有法律都不需要。另外，佛陀在有关经典，

尤其是《仁王护国经》中也宣说了很多治国的理念，强调以法律来约束人们的行为。从中可以看出，佛教并不是不承认法律。

作为行持佛法的国王或君主，最好是参照佛法而制定一些如法的法律，以此来维护自己的国家。如果以不如法的法律来解决问题，则不一定合理。所以，我们需要如法的法律。



2007年金刚萨埵法会开示

2007年5月27日

今天交流的内容：第一个是距离金刚萨埵法会还有四天，以此缘起，我给大家传一下法王如意宝的伏藏法《金刚萨埵修法如意宝珠》；第二个是念诵《远唤上师》的传承，这是法王如意宝造的一个祈祷文，我已经翻译了，前段时间也给学院的道友们传过；第三个是马上到六一儿童节了，因为我今年在建智悲小学，所以最近跟孩子们接触比较多，心里也有一些感触，想顺便跟大家谈一下；第四个是互动环节，大家可以提出问题，然后我们一起交流。

我从屏幕上也看得出来，你们中的很多道友，每一次的菩提讲堂开示都参加了，已经成了“老常

住”。虽然我们之间隔着千山万水，但是依靠不共的缘起力和发心力，大家也可以相聚在虚空讲堂，享受一种自由的生活，同时也能对佛教生起信心。所以，最让我高兴的是什么呢？可以通过这种方式来念传承，然后我的一些心里话，你们也能听得到。这些话也许对你们有所帮助，也许没有多大益处，但我想应该不会有什么危害，毕竟这跟世间的网上聊天不同。

一定要念诵金刚萨埵心咒

关于金刚萨埵法会，前两天我对来学院参加法会的道友做了简单的开示，今晚因为时间关系不多说，只说一些总的要求。

大概半个月前，我也跟大家说过，希望每个人发愿念诵十万或四十万遍金刚萨埵心咒，相信很多道友已经开始念诵了。法王如意宝说过：“如果有些道友以各种因缘而不能亲自参加金刚萨埵法会，只要圆

满四十万遍金刚萨埵心咒，也能得到同样的共修功德。”因此，我想再次叮嘱大家，一定要完成四十万遍金刚萨埵心咒。

你们很多在家人，在生活和工作中造了许许多多的恶业，要想通过其他一些方式让恶业全部得以清净，恐怕有一定的困难，而金刚萨埵在因地时，就曾发愿：“愿我未来现证佛果时，若有众生已造五无间罪、毁坏誓言，只要闻我名号、作意于我、念诵百字咒王，一切罪障都可无余清净，此愿若不成就，我誓不成佛，愿我住于破戒者前，一切罪障都能清净。”如今，金刚萨埵已经成佛。所以，在忏悔业障方面，所有佛菩萨的名号和心咒集聚起来，也比不上金刚萨埵心咒。就像世间大学分物理、化学、语文等专业一样，虽然佛教不用这类术语来表示，但因为每位佛菩萨的发愿各不相同，故而显现上也会有此差别。

总之，任何一个人，只要念诵金刚萨埵心咒，无

始以来所造的一切罪业，的的确确能全部得以清净。

很多道友学佛之前，从身体方面讲，会杀生、吃肉、偷盗、邪淫等，做了许多恶业；从语言方面讲，会说妄语、粗语、离间语和绮语等，也造了许多恶业；从心态方面讲，也会对别人产生嗔恨心、贪心、邪见等。因此，不管是佛制罪还是自性罪，每一个凡夫在有意无意之间，肯定造作了种种恶业，一定要诚心诚意地忏悔。佛经中也说，即使是千劫所造的罪业，如果具足四种对治力励力忏悔，自相续也一定会得以清净。更何况我们还遇到了这么殊胜的忏悔窍诀，所以我今晚再三地强调，一定要念诵金刚萨埵心咒！

至于完成心咒的时间，当然越快越好，但如果因为工作等事情很难按时完成，那么拖一段时间，问题也不是很大。现在学院里的很多道友，早上三四点就起来开始念咒忏悔。你们有些人要是不忏悔的话，来

世会去往哪里，这个也不好说。因此，我今天的第一个希望，就是大家一定要忏悔。

（堪布念传承）

大家观修的时候，最好按照仪轨的要求，先念皈依和发心，然后在自己前面虚空当中观想金刚萨埵，身色洁白，金刚跏趺坐，手持金刚铃杵，具足圆满报身的十三种服饰，发出无量光芒。一边这样观想，一边想自己从无始以来所造的一切罪业，在上师金刚萨埵面前进行忏悔，然后以祈祷的方式念诵金刚萨埵心咒。结束时，观想金刚萨埵融入自己的身体，自己与其身语意无二无别，于此境界中安住，最后做回向。

这是非常简单的一个修法，比较适合大家，因为修法太广的话，有些人不一定有时间修。今天的讲解也比较简单，要是讲得太广，也担心你们事务繁忙，修行上会有一些困难。归纳而言，一定要先念一遍仪轨，然后再念金刚萨埵心咒，最后观想金刚萨埵融入

自己的身体，在这种境界中安住。在这个过程中，上根者可以具足四对治力来进行忏悔；如果做不到，也一定要在金刚萨埵面前发露忏悔。

我们能够遇到如此殊胜的忏悔法门，的确非常荣幸。虽然我这几天有很多事情需要处理，但是也都暂时放下了，每天都在一心一意地忏悔。而在座的道友们，应该也造过一些罪业，所以也要在金刚萨埵面前一一忏悔，尤其是与学院这么多的僧众共同发愿、共同念诵、共同回向，这个功德非常大。

这几天，从早上七点到晚上七点之间，大家会一直共修念诵金刚萨埵心咒。不管是个人的收音机，还是所有经堂里的音响，乃至露天的高音喇叭，都会传出金刚萨埵心咒的声音，弥漫整个喇荣山沟。虽然你们所处的环境与这里不同，但是也需要一起忏悔，希望每个人都能发起精进心。

呼唤根本上师

《远唤上师》这个祈祷文，实际上是法王如意宝以非常诚挚的信心呼唤麦彭仁波切的。对于后学弟子来说，应该通过这个祈祷文来祈祷呼唤自己的根本上师。

其实，把上师看作佛，继而凭借上师的加持力获得觉受或开悟，在显宗和密宗的修道中是不可缺少的一种途径。前段时间，我们给大家发了一张《上师瑜伽》修法的光盘，很多道友应该都得到了。无论修哪一个法，务必要有一种信心，尤其是把上师观为十方诸佛菩萨的总集，这样祈祷的话，自相续中的智慧和悲心，很容易开发出来。

如果只是从学术方面去研究佛法，即使花很长时间，也不一定有明显的成果。因此，学佛的人既要有智慧，又要有信心，这两者缺一不可，不然就像两只

脚不齐整则很难走路一样，修行很难获得成功。

（堪布念传承）

这个祈祷文的相关资料，以后我们会提供给大家。

给孩子一份最珍贵的礼物

现在是五月份的最后一周，再过两天就是六一儿童节。1949 年 11 月，国际民主妇女联合会在莫斯科举行理事会议，决定以每年的 6 月 1 日为国际儿童节。它是为了保障世界各国儿童的生存权、保健权、受教育权和被抚养权，为了改善儿童的生活而设立的节日。

今天给大家说了以后，过两天，也许你的孩子或亲友的孩子，会得到你的祝福。但我认为，仅仅给孩子一个祝福并不足够，对孩子的爱心教育应该从小开

始，让他在爱的氛围中逐渐成长。为什么这样讲呢？现在很多家长认为，把孩子送到学校里面，让他们学好世间知识，父母的教育任务就算完成了。实际上并不是这样，在孩子小的时候，父母就要给他灌输因果不虚、人身难得、寿命无常，尤其是慈爱所有众生的理念，因为学校里不一定有这样的教育。所以，我要给你们安排一个重要任务。不管是你自己的孩子，还是亲朋好友的孩子，你都要送一份最珍贵的礼物，这份礼物是什么呢？就是让孩子们发愿帮助一切众生，不杀害任何众生。

儿童节那天，我也准备到几所学校去，通过各种方法让孩子们发愿，以后一定要爱护所有的生命，就像爱护自己的生命一样。

你们小时候过“六一”，得到的礼物可能各种各样，我也得过一些铅笔。而现在的孩子，读书条件比我们那个时候要好很多，但也有许多值得担忧之处。

前段时间，有个领导跟自己的孩子说，现在孩子的学习条件如何如何好，自己读书的时候条件如何如何艰苦。结果，他的孩子说：“这是因为你的命很苦，出生在那个年代，当然会遭受痛苦了。”现在有些不听话的孩子，也会这样来反驳父母。其实，这跟家庭教育有着直接的关系。

在“六一”期间，希望大家能够发愿去帮助一切众生，就像儿歌《种太阳》唱的那样，我们要播种很多颗太阳，一颗送给南极，一颗送给北极，让这些太阳遣除世间所有的黑暗。然后，让身边的孩子也发这样的愿，因为现在社会最缺少的就是爱心教育。当然，你也可以送其他的礼物，但这个礼物不一定会陪伴他一生，而如果给孩子灌输爱心与慈悲，那他可能永远都不会忘记，对他的一生也会帮助很大。

从我个人来讲，也是发自内心地想去帮助一些可怜的孩子。所以，我想从今年开始发愿，为改善他们

的学习环境尽一点微薄之力，更重要的是，逐渐向他们灌输佛教的慈悲理念。大家应该清楚，现在很多孩子长大后没有慈悲心，所以我希望你们也能发愿，对自己身边的孩子有一种帮助，经常给他们讲一些做人的道理，这一点非常重要。

认认真真地闻思修行

这段时间，大家都在学习《入行论》，希望你们能够认认真真地学习。一般来讲，不管学习任何知识，都不能半途而废。所以，我们打算通过考试来给大家增加一些压力，激发一下你们学习的动力。听说有些道友一听到考试，心里就特别紧张害怕，其实学习世间知识也有很多考试，大家不用过于害怕。也许你们担心自己会考不好，但只要努力了，过程参与了，我觉得这就是一种积极的学习态度。世间的考试，你们从小到大应该参加过无数次，但佛教的考试

可能没有参加过。以前法王如意宝讲过，哪怕只是短期内参加闻思、考试，这个功德也相当大。

大家应该清楚，如果想成佛，既要积累福德资粮又要积累智慧资粮。但一般而言，处于凡夫地时，的确很难积累智慧资粮，因为《中观庄严论释》等中观论典里都说，只有证悟空性，才算是真正的智慧资粮。而龙猛菩萨在《中观宝鬘论》里有讲，听闻佛法实际上就是智慧资粮的分支。所以，从佛教的角度来讲，闻思佛法具有非常深邃、广大的意义。因此，大家不要觉得闻思很累、很苦。

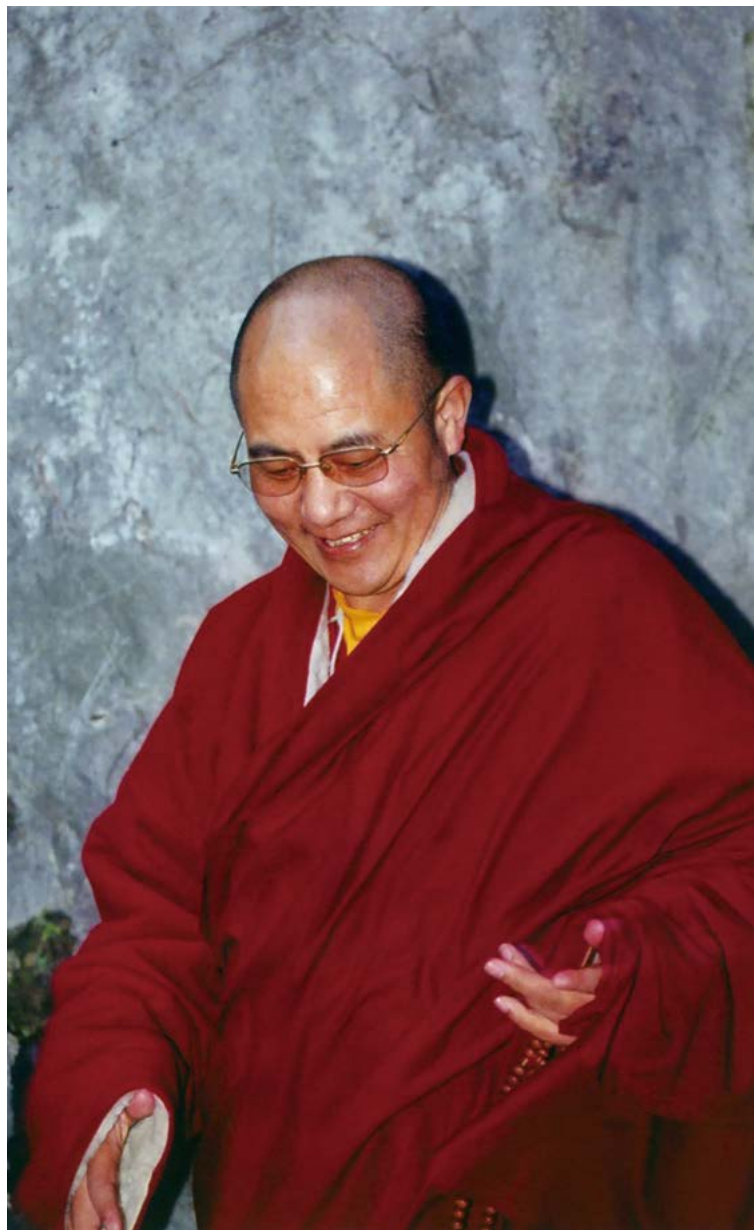
我尊重每个人的选择，但内心还是希望你们能够懂得一些佛理。现在世间信仰佛教的人并不少，可是真正懂佛理的人却非常少，这一点你们应该也看得出来，很多佛教徒做的事情总是让人不满意。因此，我个人认为，依靠网络科技来弘扬佛法，让更多的人明白佛法的道理，这是特别好的一个机缘。

只要众生快乐，我也就心满意足了。除此之外，我也没有其他目的，主要就是想尽心尽力给大家传讲一些佛法。因此希望你们能一边做世间的事情，一边认认真真地学习佛法。要知道，我们这个人身非常难得，寿命也很无常，死亡什么时候来临确实很难说，如果没有珍惜现在的机会，真的非常可惜。

依靠法王如意宝的加持，我在喇荣山沟已经待了二十几年。有时候，我也会感到非常惭愧，因为自己的闻思修行和所作所为，并不是特别如法。但有时又想，在末法时代，能够闻思这么长时间，真的感到非常荣幸。因此，我希望菩提讲堂中的每一位道友，都能意识到闻思佛法的重要性。如果有了闻思的基础，那所作所为就会越来越如法，不然社会有这么多阴暗面，你解脱的希望又在哪里呢？

因为我这边经常比较忙，所以菩提讲堂的开示可能半个月或一个月才有一次。我个人的话，不管是给

别人讲经说法，还是在别人面前听经闻法，都会尽心尽力。希望你们也能精进努力。



现场互动

◎ 问：修金刚萨埵时观想不到位，这样是否有功德？

堪布：即使观想得不是很清楚，只是念修仪轨和咒语，功德也很大。当然，如果观想得非常清楚，功德就会完全不同。有时因为生活和工作等方面原因，一边开车一边念咒，也是可以的。

◎ 问：自相续没有调伏之前，应该安住在家自己学习，还是出去动员别人一起学习？

堪布：自相续没有调伏之前，大家也应该尽量动员别人、帮助别人，不然不知道要等到什么时候才能出门。

我们凡夫人的相续，要通过长期修行才能调整好，但这样一来，度化众生和利益众生的机会就不一定还有了。所以，大家不要认为，度化众生一定要等到获得成就以后，不能这么想。

我们应该这样发愿：“我只要有一口气、有一分能力，就一定会尽力地帮助众生。”我也是这样想的，虽然自己修行比较差，但只要能帮助一个众生，也会尽心尽力，只要还有一口气，就一定要发大心。

◎ 问：如果一味地去度化众生，没有时间自己修行，死亡到来时怎么办呢？

堪布：度化众生并不障碍自己的修行，你可以一边修行，一边发菩提心帮助众生，这样也可以获得解脱。如果不愿意度化众生、不愿意帮助众生，那你的所作所为不一定能成为真正的大乘解脱之因。

因此，一方面自己应该实修，比如说每天抽出一

些时间修持菩提心；另一方面，把一部分时间用在利益众生上，这样不是一举两得吗？

⊙ 问：在发放学习资料的过程中，我们会遇到一些特别想学的道友，但他们并不符合条件，这种情况下可以发给他们吗？

堪布：原则上尽量按我们的要求来发放，但也要视情况而定。如果有些人非常好学，而且信心也非常强烈，那当地的负责人可以根据具体情况来决定。

⊙ 问：我最近在参加本地的金刚萨埵心咒共修，每天从早上三点到下午三点，才念了四万遍，然后明天就要开始上班，肯定完不成四十万遍，怎么办呢？

堪布：如果能完成，就在法会八天中完成四十万遍金刚萨埵心咒；如果不能完成，以后慢慢补上也可以。

◎ 问：我们这边有很多老居士，因为年纪大了，打坐的时候腿非常疼，请问他们应该如何祈祷？

堪布：我们打坐的时候，由于没有长期串习，刚开始可能会不适应，出现腿痛、分别念多的情况，这些都是正常的。其实，无论做什么事情，都需要经过长时间的反复串习，这样才能习惯。

对于很多老年人来说，打坐虽然很重要，但最重要的是念诵金刚萨埵心咒，忏悔自己往昔所造的杀生、诽谤佛法等罪业，然后一心一意地念阿弥陀佛。因为汉传佛教净土宗的念佛法门，对于老年人或者闻思能力不强的人来说，是非常好的一种方便方法。

◎ 问：我们按照《菩提道次第广论》和《入行论》的进度，每天都在学习菩提心的教言，请问修持菩提心的次第是什么？

堪布：无论是学习《菩提道次第广论》还是《入

行论》，都要有一种长期的耐心，不要认为听了短短几堂课，就什么都懂了。

现在《入行论》已经讲到 116 课，但据我了解，很多道友都没有跟上进度。前两天，我给各个地方的负责人打电话，有些说跟上了学习进度，有些说落后了三四十堂课，如果照这样下去，整部论的学习不知道什么时候能完成。所以，大家应该尽量抽出一些时间，哪怕是晚上不睡觉，也要争取赶上进度。

事实上，我们的要求并不高，没有让你们每天都学习。当然，如果你们每天都学，那再好不过了。即便不能如此，一个礼拜当中听两三堂课，也完全跟得上进度。因此，在赶进度方面，希望大家不要太懈怠，否则以后的学习也很难完成。

至于修持菩提心的次第，首先要修愿菩提心，也就是发愿度化无量无边的众生，愿他们获得佛果。大家应该清楚，凡夫人经常想的是自己的生活、自己的

解脱、自己的快乐，而圣者们恰恰相反，每天都在想着众生的快乐、众生的解脱。所以，从现在开始，我们要从内心深处发愿帮助众生。当然，这种帮助，并不只是让他们获得暂时的人天福报，还要让众生获得无上圆满的佛果。

有了愿菩提心以后，还要付诸实际行动，这叫做行菩提心。所以，在愿菩提心的基础上，逐渐受持行菩提心，这就是菩提心的修行次第。

◎ 问：如何增长自己的菩提心？菩提心增长的验相是什么？

堪布：大家应该这样发愿：我以前的所作所为都是利益自己，但听了大乘菩提心的教法之后，我要时时刻刻想到众生的苦乐。

如果我们心里能够无勤产生这种感触，无需刻意就一直想着利益众生的事情，达到这种境界的时候，

说明相续中的菩提心越来越增长了。

前段时间，有位道友创作了一首歌，歌词是：

我的上师始终想着众生的事情，

我却时刻想着自己的事情；

我的上师每天做的是利益众生的事情，

我却每天做的是自己的事情。

通过这种对比的方式，他对自己的上师进行了赞叹。

总之，除了利益众生以外，相续中没有很多自私自利的想法，这就是菩提心增长的验相。

事实上，人与人之间的矛盾、冲突和痛苦，都来源于自私自利的心。大家可以观察一下，有些人跟家里人吵架，或者跟别人关系不合，根源就是执著自己。因此，我们应该放下自己的事情，尽心尽力去帮

助众生，不伤害众生的利益。

⊙ 问：《极乐愿文大疏》中讲到“忏悔近无间罪”时说，不用说是毁坏佛堂，就是在里面睡觉、丢口水、鼻涕、茶渣以及放屁等，也将堕入恶趣。但有些人家里条件不太好，没办法将佛堂和卧室分开，请问这个问题怎么解决？

堪布：噶当派的有些教言里说，一个房子里面有佛像、佛经、佛塔，也算是经堂。如果故意毁坏、染污经堂，按照《毗奈耶经》里的说法，这是毁坏佛教的行为，因此过失相当大。

就在家居士来讲，有些家里反对得非常严重，有些家里也让陈设佛堂。如果实在不方便，心里保持恭敬的同时，不一定非要设佛堂。

在“文革”期间，宗教政策跟现在完全不同，那时的人们都不敢拜佛像。当时，我家的邻居是一位

老喇嘛，他在脖子上戴了一个小小的口袋，里面装着佛像，这就是他的小佛堂。有时候，我跟他一起外出放牛，他会把口袋里的佛像放在草地上，然后跪在佛像前念诵、祈祷。我问他为什么要这样，他说家里没办法放，只好这样修行了，因为当时连家人也很难信任。

因此，如果你们的家人非常反对，或者有其他方面的不方便，那不一定要陈设经堂，念念不离三宝才是最重要的。

◎ 问：密宗里的各种心咒和手印，一定要得到上师的传承，才可以念修吗？

堪布：一般来讲，最好是有传承。但是，像观音心咒、金刚萨埵心咒等，即使没有得过传承，念诵也有很大功德。

其实，有些心咒不仅在密宗里有，在显宗里也

有，比如般若佛母心咒、大悲咒、往生咒等。按照汉传佛教的传统，这些心咒没有人传也可以念诵。

◎ 问：如果打坐时来电话，是不是先回向再接电话？

堪布：打坐的时候，最好把手机静音或者关机，包括念诵咒语的时候，也最好不要说话。如果有人和你说话，一定要先回向然后再说。实在不行的话，就边处理事情边念咒，这样也有功德。

◎ 问：以什么方式可以增长信心和智慧？

堪布：对于学佛来说，信心和智慧是不可缺少的。但要获得智慧的话，一定要长期闻思佛法，还要多看一些书，通过各种方式增长自己的智慧，进一步了知佛教的甚深奥秘。

增长信心的方法，就是多听善知识的教言，多看

诸佛菩萨以及高僧大德的传记，然后将自己的发心、行为与圣者相比，你会发现完全不一样。

总之，只要我们长期地闻思修行，自相续的智慧、悲心和信心，一定会越来越增上。

◎ 问：如果上师不在身边，那么自相续是进步还是退步，这个该如何观察呢？

堪布：麦彭仁波切在《定解宝灯论》中有讲，如果我们对佛法的信心越来越大，对众生的悲心越来越强，相续中的嗔心等烦恼越来越少，就说明修行越来越进步了。反之，表面上看好像修行有所进步，但实际上对三宝的信心越来越小，对众生的悲心越来越弱，这说明修行境界在退步。

在修行的过程中，我们应该再三观察自己，对众生的悲心是不是越来越强烈，如果强烈的话，那你的修行境界是正确无误的。

◎ 问：我现在在网吧，杂音有点多。《大圆满前行》中有讲，三十四种暇满功德中，即使其中一种不具备，也没有修行正法的机缘。佛菩萨的金刚语肯定不虚，自己依之对照后发现并非全部具备，这样就没有修法的机缘，也得不到解脱，既然如此，那还不如不闻思修行。如果生起这种想法，该如何如理思维呢？

堪布：对于《大圆满前行》里面的这句话，应该这样来理解：如果具足三十四种无暇中的某一种，并且非常强烈的话，我们相续中的善根很可能会中断，进而失去修法的机缘。比如，转生到地狱或其他无暇中，就没有修法的机会。无垢光尊者在《如意宝藏论》中也讲到了十六种无暇，比如说相续中生起严重的邪见或嗔恨心，很可能会毁坏你所有的善根。

总之，这句话的意思，并不是说必须具足三十四种暇满功德，否则就一个法也修不成，不是这个意

思。虽然我们不一定全部具足，但是具足其中一部分，也可以成为一个修行人；但反过来说，如果你的相续中生起一种非常严重的违品，那很有可能毁坏你的整个修行。

◎ 问：可能是我福报浅薄，所以没有理解到位，但是我无论如何也不会舍弃三宝，一定要坚持闻思修。

堪布：“无论如何也不会舍弃三宝”这句话，我非常喜欢，希望每一位道友都能这样发愿。这位道友很精进，可能家里或单位没有这个条件，就到网吧里上课。其实，他说的这句话，对每一个佛教徒来讲都很重要。

今天下午，我跟慈城罗珠堪布和希阿荣博堪布，在我的小木屋里一边喝茶一边聊天。其中谈到我们在法王老人家面前得受过特别多的佛法，虽然不敢说有

什么超胜境界，但对上师三宝的信心，有生之年肯定不会舍弃。

我非常希望在座的道友，也能这样发愿：不管怎样，有生之年绝不舍弃上师三宝！有了这个发愿，我想你们今天来到菩提讲堂是有意义的，并且在你们的阿赖耶识上也会种下一个坚固的菩提种子，乃至生生世世不会毁坏。

⊙ 问：随着学习《入行论》的深入，我对您的信心日益增上。现在按照您的教言，修的是法王如意宝的上师瑜伽，但总是不自觉地观想成您，虽然知道胜义中所有上师都是一体的，但还是有种心口不一的感觉。能否请您造一个自己的上师瑜伽，以方便我们早晚课时念诵。

堪布：我的上师瑜伽，我还没有想好，过几十年以后再看看能不能造。

大家修上师瑜伽的时候，要知道法王如意宝是真正的圣者，所以观法王的形象来修的话非常圆满，加持力也非常大。

⊙ 问：听到厌离今生等教言时，会觉得很殊胜，但观修这些法时，心总是不受控制地去观察身边道友的过失，而无法平静下来，甚至会生起嗔怒心，不知道应该怎么办？

堪布：对于凡夫人来讲，刚听到善知识传讲出离心、菩提心等教言时，心里会感觉收获很大，但在实际行持中可能没有这么容易。究其原因，应该跟我们的生活环境有一定关系。现在城市中的人们工作忙、琐事多，心也比较复杂，这些障碍会影响内在的信心和智慧，导致在修行过程中很难进步。

不管怎样，以烦恼心说别人的过失、想别人的过错，这是不合理的。作为大乘佛教徒，应该按照博

朵瓦格西和金厄瓦格西的教言来修，多观察自己的过失，少观察别人的过失，尽量改掉自己的习气毛病。当然，这也需要一个过程，并不是学了法以后马上就能做到。

◎ 问：《入行论》中讲到，心本不具形体，纵然别人恶语诽谤，也无法对它加以摧毁。但我感觉自己在观修上有欠缺，理解上也不够透彻，请问应该怎样观修心的来住去？

堪布：这个道理，后面讲《入行论·智慧品》时会详细阐述。

其实，心没有来源，没有住处，也没有去处。对于这样的道理，只是在世俗当中观察的话，恐怕有一定的困难，应该以胜义谛的智慧来观察，最后才能真正认识到心的本性。比如，我们平时会产生嗔恨心、贪心等烦恼，但当你用智慧来观察时，这些烦恼就会

消失于法界。因此，《金刚经》中也说：“过去心不可得，现在心不可得，未来心不可得。”如是宣说的原因，就是要让我们了达心的本性。

⊙ 问：您在课上有讲，最好每天早上观修半小时的菩提心，请问该如何观修？

堪布：大家可以修华智仁波切的菩提心修法，也可以修每天学到的《入行论》里的内容。

《入行论》中讲到的全部是直接或间接利益众生的发心和行为，所以，将每天所学到的内容，在心里慢慢串习、观想，这也是菩提心的一种修法。

结语

今天菩提讲堂的佛法开示，到这里就基本结束了。

虽然一个小时的闻思比较短暂，要想解决很多的问题，也有一定的困难，但关键在于闻法的串习，这一点很重要。所以，只要有时间，我就尽量通过网络来跟大家交流佛法，你们有空的时候，也应该多听课、多探讨。

现在大多数人都沉溺于世间的欲乐享受中，非常非常可怜，而我们少数的佛教徒，通过网络来对佛法产生信心，真的很有功德。无垢光尊者在《窍诀宝藏论》中讲到了思维佛法的六种功德，你们方便的时候可以看一下。

大家刚才也都听到了，有些道友早上三四点钟就起床念咒、修行，真的非常精进，这对你们来讲也是一种督促和勉励。其实，现在这么多人对佛法有信心，这一点非常难得。

最后，希望大家一定要记住我前面讲到的两件事。

第一，念诵金刚萨埵心咒，好好忏悔自己相续中的罪业，无论你是什么样的人，都需要忏悔，这一点很重要。

第二，关爱自己身边的儿童，带给他们好的教育，让他们发一些善愿。作为佛教徒，应该尽量去帮助别人，尤其是对小孩子，你可以买些铅笔送给他们，然后对他们说：“你们一定要发愿，以后不害任何众生。”对于小孩子来说，这句话会根深蒂固地扎根在心底，可能永远也不会忘记。其实，这也是一种弘法利生。

所谓的弘法利生，不一定非要你去度化所有的众生，哪怕只在一个人相续中种下菩提善根，我认为这就是弘法利生。因此，每一个佛教徒都要有弘法利生的责任，生起弘法利生的发心，创造弘法利生的机会。

作为大乘佛教徒，不要整天想着吃什么、喝什

么、怎样才能拥有更好的生活……每天只想着自己的快乐。要知道，这个五蕴假合的身体，最终也会毁坏无余。那个时候，唯有自身相续中的善根生生世世不会被摧毁，这一点大家一定要记住。

○○ 相关阅读

► 索达吉堪布全集 21 | 开示

《最珍贵的是什么》

——2006 年放生之旅

► 索达吉堪布全集 22 | 开示

《放过自己》

——人生格言合集

► 索达吉堪布全集 23 | 开示

《梦中佛事》

——2011 年弘法行

► 索达吉堪布全集 24 | 开示

《遇见喜悦》

——全球直播合集

► 索达吉堪布全集 28 | 开示

《活着是一种修行》

——2007-2009 年开示合集

► 索达吉堪布全集 29 | 开示

《学佛是一门技术活》

——2009-2010 年开示合集

► 索达吉堪布全集 30 | 开示

《平凡中的不平凡》

——2010-2012 年开示合集

▶ 索达吉堪布全集 31 | 开示

《让生命成为一本正经》

——2012-2013 年开示合集

▶ 索达吉堪布全集 32 | 开示

《不能不知的那些事》

——2013-2015 年开示合集

▶ 索达吉堪布全集 33 | 开示

《你是一个特殊的人》

——2015-2017 年开示合集

▶ 索达吉堪布全集 34 | 开示

《痛苦如何转为快乐》

——2017-2018 年开示合集

▶ 索达吉堪布全集 35 | 开示

《无成本的喜乐》

——2019-2022 年开示合集

▶ 索达吉堪布全集 36 | 开示

《对准幸福的方向》

——2022-2023 年开示合集